

第肆章 結果與討論

本章主要將資料統計結果一一呈現，並討論分析，本章共分為四節，依序為：第一節 不同背景變項特徵之統計結果；第二節 全體受試者訓練滿意度調查統計結果；第三節 不同背景受試者對訓練滿意度量表之差異性考驗；第四節 綜合討論。

第一節 不同背景變項特徵之統計結果

一、「國家運動選手訓練中心」選手運動種類屬性之描述

本研究中有十九種運動項目參與問卷施測，人數最多的為跆拳道隊為 36 名，佔有效施測人數的 12.4%，人數最少的為拳擊人數為 1 名，佔有效施測人數的 0.3%，其他如表 4-1 所示。

跆拳道	36	12.4
拳擊	1	0.3
其他	253	87.3
總計	290	100.0

二、個人背景變項

1-1 性別

本研究中，選手訓練滿意度之性別分布情形，男生有 140 人，佔總樣本的 48.3%，女生有 150 個人佔總樣本的 51.7%，如表 4-2 所示。

表 4-2 性別分配統計表

性別	人數	百分比
男	140	48.3
女	150	51.7
總計	290	100.0

表 4-1 運動種類分配統計表

項 目	人 數	百分比
排 球	33	11.4
手 球	12	4.1
軟 網	23	7.9
跆拳道	36	12.4
柔 道	5	1.7
舉 重	12	4.1
武 術	5	1.7
拳 擊	1	.3
田 徑	3	1.0
橄欖球	35	12.1
網 球	13	4.5
足 球	30	10.3
現代五項	5	1.7
空手道	15	5.2
壘 球	27	9.3
自由車	7	2.4
保齡球	5	1.7
棒 球	20	6.9
登山車	3	1.0
總 計	290	100.0

二、個人背景變項

(一) 性別

本研究中，選手訓練滿意度之性別分佈情形，男生有 140 人，佔總樣本的 48.3%；女生有 150 個人佔總樣本的 51.7%，如表 4-2 所示。

表 4-2 性別分配統計表

性 別	人 數	百分比
男	140	48.3
女	150	51.7
總 計	290	100.0

(二) 年齡

本研究中，16-20 歲有 109 位，佔總樣本的 37.6%。21-25 歲有 146 位，佔總樣本的 50.3%。26 (含) 以上歲有 35 位，佔總樣本的 12.1%。如表 4-3 所示。

表 4-3 年齡分配統計表

年 齡	人 數	百 分 比
16-20 歲	109	37.6
21-25 歲	146	50.3
26 (含) 上	35	12.1
總 計	290	100.0

(三) 教育程度

本研究中，高中 (職) 有 55 位，佔總樣本的 19%。專科有 22 位，佔總樣本的 7.6%。大學 (含) 以上有 213 位，佔總樣本的 73.4%。如表 4-4 所示。

表 4-4 教育程度分配統計表

教育程度	人 數	百 分 比
高 中 (職)	55	19.0
專 科	22	7.6
大學 (含) 以上	213	73.4
總 計	290	100.0

(四) 職業 (身分)

本研究中，以學生 228 位居多，佔總樣本的 78.6%。軍人有 31 位，佔總樣本的 10.7%。公、教有 31 位，佔總樣本的 10.7%。如表 4-5 所示。

表 4-5 職業（身分）分配統計表

職業（身分）	人數	百分比
學生	228	78.6
軍人	31	10.7
公教	31	10.7
總計	290	100.0

（五）訓練年資

本研究中，訓練時間在 1-3 個月有 142 位居多，佔總樣本的 49.0%。訓練時間在 3-5 個月有 43 位佔總樣本的 14.8%。訓練時間在 5 個月以上有 105 位，佔總樣本的 36.2%。如表 4-6 所示。

表 4-6 訓練年資分配統計表

訓練年資	人數	百分比
1-3 個月	142	49.0
3-5 個月	43	14.8
5 個月以上	105	36.2
總計	290	100.0

第二節 全體受試者訓練滿意度調查統計結果

一、量表排名順序

由量表排名順序的平均得知，選手在各題項中平均都達中等以上程度（平均），而在「中心提供選手運動傷害防護與治療的幫助」，與「中心運動傷害防護人員的專業技能」方面平均數最高（ $M=4.02$ ）最滿意。平均數最低者為第 23 題（ $M=3.33$ ），顯示選手迫切需要專項的情報收集。詳細情形如表 4-7。

表 4-7 「國家運動選手訓練中心」選手訓練滿意度量表排名順序

量表排名	題 目	平均數	標準差
20	中心運動傷害防護人員的專業技能	4.02	0.74
18	中心提供選手運動傷害防護與治療的幫助	4.02	0.81
29	團隊中隊友間互相激勵、互相尊重的情形	4.00	0.70
30	集訓中隊友間相處的和諧度	3.99	0.72
02	教練的專項資歷與專業素養	3.93	0.72
01	集訓中，教練技術層面的指導	3.90	0.78
31	訓練中，隊友間的學長（姊）弟（妹）的倫理關係	3.89	0.75
09	教練在生活作息的要求	3.89	0.70
04	集訓中，教練專項知識及訓練指導	3.87	0.82
06	集訓中，教練體能層面的訓練	3.87	0.76
03	教練在比賽中，對戰術的選用與掌控	3.87	0.80
08	教練對團隊秩序管理方式	3.83	0.74
34	對中心提供飲食的數量	3.80	0.87
05	集訓中，對於比賽戰術的指導	3.78	0.81
32	隊友和我討論專項技巧之情形	3.75	0.69
11	集訓中，每天訓練的時間	3.72	0.83
07	教練決定團隊事務的方式	3.69	0.78
10	比賽前，對於模擬練習比賽次數的安排	3.69	0.81
16	對中心交通車之調配	3.67	0.75
28	對於中心提供輔助訓練儀器	3.66	0.76
35	對於中心用餐時間，是否配合選手訓練時間	3.65	0.83
22	中心協助選手實施技術與體能測驗之方式	3.63	0.73
27	對於中心訓練場地的安全性	3.61	0.85
15	對中心宿舍生活管理的方式	3.61	0.76
25	對於中心提供訓練器材數量與品質	3.60	0.84
21	中心協助選手安排健康檢查項目	3.56	0.84
19	中心提供科學儀器來協助選手突破技術瓶頸	3.53	0.86
26	對於中心訓練場地與設備的協助	3.53	0.95
24	中心協助選手在生病時的照護及提供的處方	3.49	0.83
17	對中心住宿環境的品質	3.47	0.87
33	對中心食物的品質	3.43	0.92
13	對中心的圖書資源	3.43	0.89
12	對中心的資訊設施	3.41	0.87
14	對中心的休閒設施	3.37	0.88
23	中心提供選手及教練的專項情報資料	3.33	0.84

二、受試者在訓練滿意度量表各構面反應情形

國家運動選手訓練中心訓練滿意度達中等程度 ($M=3.69$)，由受試者在訓練滿意度量表各因素構面反應得知，「隊友關係」構面上平均得分最高 ($M=3.91$)，可知選手與隊友相處非常融洽，其次是「教練領導」平均得分 ($M=3.82$)，可知選手對於教練的訓練方式，訓練計畫的安排頗為滿意，在「生活設施」的平均得分 ($M=3.49$)，最低。希望中心能夠提供更完善的住宿和圖書資訊設施。受試者在訓練滿意度量表各構面答題反應情形。如表 4-8 所示

表 4-8 受試者在訓練滿意度量表各構面反應情形

No	各構面名稱	單題平均數	標準差	題數
1	教練領導	3.82	0.57	11
2	生活設施	3.49	0.62	6
3	運科行政支援	3.66	0.57	7
4	訓練設施	3.60	0.71	4
5	隊友關係	3.91	0.57	4
6	餐飲供應	3.63	0.72	3
平均		3.69	0.63	
總分		22.11	3.76	35

第三節 不同背景受試者對訓練滿意度量表之差異性考驗

一、不同性別在整體訓練滿意度之差異比較

受試者訓練滿意度量表上的得分，經獨立樣本 t 考驗結果發現，不同性別的受試者在「餐飲供應」方面達顯著差異 ($p<.05$)，從平均數得知男性 ($M=11.19$) 較女性 ($M=10.59$) 滿意於餐廳的飲食供應。不同性別在訓練滿意度量表各構面差異性考驗，如表 4-9 所示。

表 4-9 不同性別整體訓練滿意度之 t 考驗分析表

No	構面名稱	性別	平均數	標準差	t 值	p 值
1	教練領導	男	41.71	6.24	-0.87	.385
		女	42.35	6.27		
2	生活設施	男	20.51	3.83	-1.97	.050
		女	21.37	3.59		
3	運科行政支援	男	25.18	4.05	-1.70	.090
		女	25.97	3.92		
4	訓練設施	男	14.34	2.91	-0.33	.741
		女	14.45	2.77		
5	隊友關係	男	15.37	2.29	-1.85	.066
		女	15.86	2.22		
6	餐飲供應	男	11.19	2.02	2.42	.016*
		女	10.59	2.23		

*p<.05

二、不同年齡訓練滿意度的差異性比較

(一) 教練領導

在教練領導方面，不同年齡以 26 (含) 以上的滿意程度最高 (M=42.63)，16-20 (M=42.44) 次之，21-25 (M=41.60) 的最低。經單因子變異數分析結果，在構面上並無顯著差異。

(二) 生活設施

在生活設施方面，不同年齡以 16-20 的滿意程度最高 (M=21.14)，21-25 (M=21.05) 次之，26 (含) 以上 (M=20.00) 最低。經單因子變異數分析結果，在構面上並無顯著差異。

(三) 運科行政支援

在運科行政支援方面，不同年齡以 16-20 的滿意程度最高 (M=26.12)，21-25 (M=25.30) 次之，26 (含) 以上 (M=25.17) 最低。經單因子變異數分析結果，在構面上並無顯著差異。

(四) 訓練設施

在訓練設施方面，不同年齡以 16-20 的滿意程度最高 (M=

14.78)，21-25 ($M=14.29$) 次之，26 (含) 以上 ($M=13.69$) 最低。

經單因子變異數分析結果，在構面上並無顯著差異。

(五) 隊友關係

在隊友關係方面，不同年齡以 16-20 的滿意程度最高 ($M=15.65$)，26 (含) 以上 ($M=15.63$) 次之，21-25 ($M=15.60$) 最低。

經單因子變異數分析結果，在構面上並無顯著差異。

(六) 餐飲供應

在餐飲供應方面，不同年齡以 26 (含) 以上的滿意程度最高 ($M=11.17$)，16-20 ($M=10.91$) 次之，21-25 ($M=10.79$) 最低。經單因子變異數分析結果，在構面上有顯著差異，經 scheffe 事後比較結果並無顯著差異。如表 4-10 所示。

表 4-10 不同年齡整體訓練滿意度單因子變異數分析摘要表

構面名稱	年 齡	平均數	標準差	變 異 數 分 析					
				變異數來源	SS	DF	MS	F 值	P 值
教練領導	16-20	42.44	6.11	組間	58.39	2	29.2	0.75	.48
	21-25	41.60	6.57	組內	11236.19	287	39.15		
	26(含)以上	42.63	5.28	總和	11294.58	289			
生活設施	16-20	21.14	3.80	組間	37.01	2	18.5	1.34	.27
	21-25	21.05	3.60	組內	3976.50	287	13.86		
	26(含)以上	20.00	4.00	總和	4013.50	289			
運科行政 支援	16-20	26.12	4.00	組間	49.41	2	24.7	1.56	.21
	21-25	25.30	4.06	組內	4556.76	287	15.88		
	26(含)以上	25.17	3.62	總和	4606.17	289			
訓練設施	16-20	14.78	2.79	組間	35.42	2	17.71	2.16	.11
	21-25	14.29	2.95	組內	2294.18	287	7.99		
	26(含)以上	13.69	2.37	總和	2329.60	289			
隊友關係	16-20	15.65	2.33	組間	.15	2	7.42	0.01	.99
	21-25	15.60	2.30	組內	1477.88	287	5.15		
	26(含)以上	15.63	1.94	總和	1478.03	289			
餐飲供應	16-20	10.91	2.02	組間	4.30	2	2.15	0.47	.63
	21-25	10.79	2.30	組內	1326.47	287	4.62		
	26(含)以上	11.17	1.92	總和	1330.78	289			

三、不同教育程度訓練滿意度的差異比較

(一) 教練領導

在教練領導方面，教育程度以高中（職）的滿意程度最高（ $M=43.7$ ），大學（含）以上（ $M=41.96$ ）次之，專科（ $M=38.6$ ）最低。經單因子變異數分析結果，在構面上有顯著差異，經 scheffe 事後比較得知 $A>B$ ，就滿意程度而言，高中（職）選手的滿意程度顯著高於專科學歷之選手。

(二) 生活設施

在生活設施方面，教育程度以高中（職）的滿意程度最高（ $M=22.33$ ），大學（含）以上（ $M=20.70$ ）次之，專科（ $M=20.0$ ）最低。經單因子變異數分析結果，在構面上有顯著差異，經 scheffe 事後比較得知 $A>B$ ， $A>C$ 。即高中（職）的滿意程度顯著高於大學與專科。

(三) 運科行政支援

在運科行政支援方面，教育程度以高中（職）的滿意程度最高（ $M=26.55$ ），專科（ $M=25.55$ ）者次之，大學（含）以上（ $M=25.35$ ）的最低。經單因子變異數分析結果，在構面上並無顯著差異。

(四) 訓練設施

在訓練設施方面，教育程度以高中（職）的滿意程度最高（ $M=15.71$ ），大學（含）以上（ $M=14.18$ ）次之，專科（ $M=13.23$ ）最低。經單因子變異數分析結果，在構面上有顯著差異，經 scheffe 事後比較得知 $A>B$ ， $A>C$ 。高中（職）的滿意程度顯著高於大學與專科。

(五) 隊友關係

在隊友關係方面，教育程度以高中（職）的滿意程度最高（ $M=16.27$ ），大學（含）以上（ $M=15.56$ ）者次之，專科（ $M=14.59$ ）的滿意程度最低。經單因子變異數分析結果在構面上有顯著差異，經 scheffe 事後比較得知 $A>B$ ，就滿意程度而言，高中（職）選手的滿意程度顯著高於專科學歷之選手。

(六) 餐飲供應

在餐飲供應方面，教育程度以高中（職）的滿意程度最高（ $M=11.49$ ），大學（含）以上（ $M=10.79$ ）次之，專科（ $M=10.23$ ）最低。經單因子變異數分析結果，在構面上有顯著差異，經 scheffe 事後比較結果並無顯著差異。如表 4-11 所示。

表 4-11 不同教育程度整體訓練滿意度單因子變異數分析摘要表

構面名稱	教育程度	平均數	標準差	變異數分析						
				變異數來源	SS	DF	MS	F值	P值	事後比較
教練領導	(A) 高中(職)	43.7	6.10	組間	416.22	2	208.11	5.50	.005*	A>B
	(B) 專科	38.6	5.75	組內	10878.36	287	37.90			
	(C) 大學(含)以上	41.96	6.21	總和	11294.58	289				
生活設施	(A) 高中(職)	22.33	3.84	組間	137.03	2	68.51	5.07	.007*	A>B
	(B) 專科	20.00	3.19	組內	3876.48	287	13.51			A>C
	(C) 大學(含)以上	20.70	3.68	總和	4013.50	289				
運科行政 支援	(A) 高中(職)	26.55	4.08	組間	62.79	2	31.39	1.98	.140	
	(B) 專科	25.55	3.69	組內	4543.38	287	15.83			
	(C) 大學(含)以上	25.35	3.98	總和	4606.17	289				
訓練設施	(A) 高中(職)	15.71	2.79	組間	134.53	2	67.27	8.80	.000*	A>B
	(B) 專科	13.23	2.78	組內	2195.07	287	7.65			A>C
	(C) 大學(含)以上	14.18	2.76	總和	2329.60	289				
隊友關係	(A) 高中(職)	16.27	2.16	組間	47.41	2	23.71	0.76	.009*	A>B
	(B) 專科	14.59	2.06	組內	1430.62	287	4.99			
	(C) 大學(含)以上	15.56	2.27	總和	1478.03	289				
餐飲供應	(A) 高中(職)	11.49	2.18	組間	31.67	2	15.84	3.50	.032*	#
	(B) 專科	10.23	1.66	組內	1299.10	287	4.53			
	(C) 大學(含)以上	10.79	2.16	總和	1330.78	289				

*p<.05

#：單因子變異數分析有顯著差異，事後比較無法找出差異組別

四、不同職業(身分)訓練滿意度的差異比較

(一) 教練領導

在教練領導方面，不同職業(身分)以公、教的滿意程度最高(M=42.52)，學生(M=42.25)次之，軍人(M=40.03)最低。經單因子變異數分析結果，在構面上並無顯著差異。

(二) 生活設施

在生活設施方面，不同職業(身分)以學生的滿意程度最高(M=21.03)，公、教(M=20.87)次之，軍人(M=20.55)最低。經單因子變異數分析結果，在構面上並無顯著差異。

(三) 運科行政支援

在運科行政支援方面，不同職業(身分)以公、教的滿意程度

最高 ($M=26.10$)，學生 ($M=25.63$) 次之，軍人 ($M=24.77$) 最低。經單因子變異數分析結果，在構面上並無顯著差異。

(四) 訓練設施

在訓練設施方面，不同職業(身分)以軍人的滿意程度最高 ($M=14.74$)，學生 ($M=14.41$) 次之，公、教 ($M=13.97$) 的滿意程度最低。經單因子變異數分析結果，在構面上並無顯著差異。

(五) 隊友關係

在隊友關係方面，不同職業(身分)以軍人的滿意程度最高 ($M=15.74$)，學生 ($M=15.67$) 次之，公、教 ($M=15.16$) 最低。經單因子變異數分析結果，在構面上並無顯著差異。

(六) 餐飲供應

在餐飲供應方面，不同職業(身分)以公、教的滿意程度最高 ($M=11.58$)，軍人 ($M=11.35$) 次之，學生 ($M=10.72$) 最低。經單因子變異數分析結果，在構面上有顯著差異，經 scheffe 事後比較結果並無法找出差異組別。如表 4-12 所示。

表 4-12 不同職業（身分）整體訓練滿意度單因子變異數分析摘要表

構面名稱	職業（身分）	平均數	標準差	變異數分析						
				變異數來源	SS	DF	MS	F 值	P 值	事後比較
教練領導	(A) 學生	42.25	6.24	組間	141.63	2	70.81	1.82	.164	
	(B) 軍人	40.03	6.65	組內	11152.96	287	38.86			
	(C) 公、教	42.52	5.77	總和	11294.58	289				
生活設施	(A) 學生	21.03	3.62	組間	6.50	2	3.25	0.23	.792	
	(B) 軍人	20.55	5.09	組內	4007.00	287	13.96			
	(C) 公、教	20.87	2.91	總和	4013.50	289				
運科行政 支援	(A) 學生	25.63	4.12	組間	28.99	2	14.49	0.91	.404	
	(B) 軍人	24.77	3.59	組內	4577.18	287	15.95			
	(C) 公、教	26.10	3.34	總和	4606.17	289				
訓練設施	(A) 學生	14.41	2.84	組間	9.45	2	4.73	0.59	.558	
	(B) 軍人	14.74	3.21	組內	2320.15	287	8.08			
	(C) 公、教	13.97	2.47	總和	2329.60	289				
隊友關係	(A) 學生	15.67	2.24	組間	7.57	2	3.79	0.74	.478	
	(B) 軍人	15.16	2.53	組內	1470.46	287	5.12			
	(C) 公、教	15.74	2.13	總和	1478.03	289				
餐飲供應	(A) 學生	10.72	2.20	組間	28.10	2	14.05	3.10	.047*	#
	(B) 軍人	11.35	1.98	組內	1302.68	287	4.54			
	(C) 公、教	11.58	1.73	總和	1330.78	289				

$p < .05$ #：單因子變異數分析有顯著差異，事後比較無法找出差異組別

五、不同訓練年資訓練滿意度的差異比較

(一) 教練領導

在教練領導方面，不同訓練年資以 3-5 個月的滿意程度最高 ($M = 42.53$)，2-3 個月 ($M = 42.20$) 次之，五個月以上 ($M = 41.62$) 最低。經單因子變異數分析結果，在構面上並無顯著差異。

(二) 生活設施

在生活設施方面，不同訓練年資以 3-5 個月的滿意程度最高 ($M = 21.15$)，5 個月以上 ($M = 20.90$) 次之，2-3 個月 ($M = 20.47$) 最低。經單因子變異數分析結果，在構面上並無顯著差異。

(三) 運科行政支援

在運科行政支援方面，不同訓練年資以 2-3 個月的滿意程度最高 ($M = 26.09$)，3-5 個月 ($M = 26.07$) 次之，5 個月以上 ($M = 24.71$)

最低。經單因子變異數分析結果，在構面上有顯著差異。scheffe 事後比較得知 $A>B$ ，就滿意程度而言，2-3 個月選手的滿意程度顯著高於 3-5 個月。

(四) 訓練設施

在訓練設施方面，不同訓練年資以 2-3 個月的滿意程度最高 ($M=14.42$)，五個月以上 ($M=14.40$) 次之，3-5 個月 ($M=14.35$) 最低。經單因子變異數分析結果，在構面上並無顯著差異。

(五) 隊友關係

在隊友關係方面，不同訓練年資以 2-3 個月的滿意程度最高 ($M=15.73$)，3-5 個月 ($M=15.53$) 次之，5 個月以上 ($M=15.51$) 最低。經單因子變異數分析結果，在構面上並無顯著差異。

(六) 餐飲供應

在餐飲供應方面，不同訓練年資以 2-3 個月的滿意程度最高 ($M=11.26$)，3-5 個月 ($M=10.93$) 次之，5 個月以上 ($M=10.34$) 的滿意程度最低。經單因子變異數分析結果，在構面上有顯著差異，scheffe 事後比較結果 $A>B$ ，就滿意程度而言，訓練年資 2-3 個月的選手顯著高於 3-5 個月之選手。如表 4-13 所示。

表 4-13 不同訓練年資整體訓練滿意度單因子變異數分析摘要表

構面名稱	訓練年資	平均數	標準差	變異數分析						
				變異數來源	SS	DF	MS	F 值	P 值	事後比較
教練領導	(A) 2-3 個月	42.20	5.88	組間	32.64	2	16.32	0.42	.66	
	(B) 3-5 個月	42.53	6.36	組內	11261.94	287	39.24			
	(C) 5 個月以上	41.62	6.72	總和	11294.58	289				
生活設施	(A) 2-3 個月	21.15	3.66	組間	16.37	2	8.18	0.59	.556	
	(B) 3-5 個月	20.47	4.36	組內	3997.14	287	13.93			
	(C) 5 個月以上	20.90	3.55	總和	4013.50	289				
運科行政 支援	(A) 2-3 個月	26.09	3.73	組間	126.14	2	63.07	4.04	.019*	A>C
	(B) 3-5 個月	26.07	3.92	組內	4480.03	287	15.61			
	(C) 5 個月以上	24.71	4.24	總和	4606.17	289				
訓練設施	(A) 2-3 個月	14.42	2.76	組間	.15	2	7.33	0.01	.991	
	(B) 3-5 個月	14.35	3.14	組內	2329.453	287	8.12			
	(C) 5 個月以上	14.40	2.86	總和	2329.600	289				
隊友關係	(A) 2-3 個月	15.73	2.35	組間	3.274	2	1.64	0.32	.727	
	(B) 3-5 個月	15.53	2.19	組內	1474.757	287	5.14			
	(C) 5 個月以上	15.51	2.18	總和	1478.031	289				
餐飲供應	(A) 2-3 個月	11.26	2.13	組間	50.969	2	25.48	5.72	.004*	A>C
	(B) 3-5 個月	10.93	2.25	組內	1279.807	287	4.46			
	(C) 5 個月以上	10.34	2.03	總和	1330.776	289				

* $p < .05$

第四節 綜合討論

本節為前三節之統計結果，進行討論，茲分述如下：

一、國家運動選手整體訓練滿意度

全體選手之整體訓練滿意度達中等程度 ($M=3.69$)，佔滿分的 74%，就構面平均數而言，以「隊友關係」感到最滿意，其次依序為「教練領導」、「運行政支援」、「餐飲供應」、「訓練設施」以及「生活設施」。此研究與黃士魁 (民 89) 之研究中也顯示，我國甲組成棒球員訓練滿意度在「隊友關係」上最高，與本研究相符。研究者認為，國家運動選手訓練中心為一個集中運動選手訓練場地，選手較能心無旁騖，接受訓練，此外，在隊友關係中，「團隊中隊友間互相激勵，互相尊重之情形」與「集訓中隊友間的和諧度」滿意度最高，研究者認為這是因為，選手朝夕相處目標一致，故在與隊友相處有良好互動關係。

二、個人背景變項

(一) 性別方面

男女選手在訓練滿意度上，「教練領導」、「生活設施」、「運科行政支援」、「訓練設施」、「隊友關係」五個構面上並沒有顯著差異。研究者認為，可能是因為男女選手皆為運動員在訓練上同質性高，每個人都在為自己爭取最佳成績而努力所致。但在「餐飲供應」構面上，達顯著差異，男選手滿意度高於女選手。研究者認為，男女的食物需求較不同，男生大多以吃的飽為主，而女生除了吃飽外或許還要吃的好、吃的精，考慮身材因素較多使然，此結果有待後續之研究。

(二) 年齡方面

不同年齡選手在整體訓練滿意度上均無顯著差異，與黃世魁 (民 89) 之研究相符，從表 4-10 之平均數可得知，年齡在 16-20 歲之間的

選手，在「生活設施」、「運科行政支援」、「隊友關係」、「餐飲供應」構面上，滿意度高於 26 歲（含）以上之選手，也高於 21-25 歲之選手，研究者認為，其原因可能是年紀較輕選手，熱忱度較高，也比較無別的需求。在各方面較滿意於年紀大的選手。

（三）教育程度方面

不同教育程度選手在整體訓練滿意度上，在「教練領導」、「生活設施」、「訓練設施」、「隊友關係」、四個構面上有顯著差異（「餐飲供應」構面上單因子變異數分析有顯著差異，但事後比較並無法找出差異組別）。高中（職）選手，在其四個構面上皆顯著高於專科選手，另外，在「生活設施」與「訓練設施」上也顯著高於大學（含）以上之選手。由上述可推知教育程度越低的選手其訓練滿意程度越高，一般而言，教育程度越高，知識愈高，知識愈豐富，要求標準也愈高，欲使其滿意也愈難。

（四）職業（身分）方面

不同職業（身分）選手在整體訓練滿意度上均無顯著差異，（「餐飲供應」構面上單因子變異數分析有顯著差異，但事後比較並無法找出差異組別）研究者認為，進駐國家運動選手訓練中心之選手的身份以變為各單項運動員，目前之工作就是為國家爭取最高榮譽之運動員，所以在不同職業（身分）選手上並無顯著差異。

（五）訓練年資方面

不同訓練年資選手，在整體訓練滿意度上於「運科行政支援」與「餐飲供應」二個構面上有顯著差異。在中心訓練年資在 2-3 個月之選手較滿意於 5 個月以上之選手。其原因在「運科行政支援」上可能是，中心運科組對體能、生化……等支援領域均有既定之檢測流程，若訓練期較短時，選手對於各項檢測之內容具新鮮感，接受度較高。

然而進駐時期加長，因受限常態性各項檢測內容重複施測，及中心研究人員人力有限，加上無法提供較新穎設備密集配合，僅能就重點需求實施，且選手新鮮度減低，故隨著訓練時間加長會有滿意度下降趨勢，另外進駐訓練中心初期，一般傷害或進訓後之新的傷害通常都能因完善支援而立即獲至醫療成效，但隨進訓時間加長，舊傷無法在短時期內獲得改善，故對相關之支援滿意度降低。而在「餐飲供應」構面上，進駐中心時間短者，對中心飲食尚有新奇感，故滿意度較高；時間長者，中心的菜色因食用次數已多，在「反應刺激次數增多而遞減」的原理下，滿意度較低。民以食為天，此構面在性別、教育程度、職業（身分）、訓練年資變項上也有顯著差異，很值得作為後續之研究探討。

第五章 結論與建議

本研究透過國家運動選手訓練中心的協助，以 290 人，19 種運動項目為問卷調查之研究對象。經資料分析後獲得以下之結論。此外，也對研究結果提出建議。

第一節 結論

一、「國家運動選手訓練中心」選手人口特徵統計結果

由描述性統計結果得知，目前在中心參加集訓的選手女性>男性（51.7%>48.3%）；年齡方面 21-25 歲>16-20>26（含）以上（50.3%>37.6%>12.1%）；教育程度以大學（含）以上>高中（職）>專科（73.4%>19.0%>7.6%）；職業（身分）以學生>軍人、公、教（78.6%>10.7%）；訓練年資以 1-3 個月>5 個月以上>3-5 個月（49.0%>36.2%>14.8%）。

二、「國家運動選手訓練中心」選手訓練滿意度調查結果

「國家運動選手訓練中心」選手訓練滿意度達中等程度（ $M=3.69$ ），在「隊友關係」構面上得知平均得分最高，（ $M=3.91$ ），其次依序為「教練領導」（ $M=3.82$ ）、「運科行政支援」（ $M=3.66$ ）、「餐飲供應」（ $M=3.63$ ）、訓練設施（ $M=3.60$ ）而「生活設施」構面方面平均得分最低（ $M=3.49$ ）。

三、「國家運動選手訓練中心」選手訓練滿意度之差異性考驗

- （一）不同年齡選手在個構面上均無顯著差異。
- （二）在不同性別上「餐飲供應」有顯著差異。
- （三）不同年齡在各構面上均無顯著差異。

(四)在不同教育程度上「教練領導」、「生活設施」、「訓練設施」、「隊友關係」、「餐飲供應」有顯著差異。

(五)在不同職業(身分)上「餐飲供應」有顯著差異。

(六)在不同訓練年資上「運科行政支援」、「餐飲供應」有顯著差異。

第二節 建議

一、「國家運動選手訓練中心」以及相關單位方面

(一)結果顯示,自變項對不同構面大多有顯著差異,從馬斯洛的需求層次理論中,得知人的基本需求亦即生理的需求,中心可在餐飲上做更詳細調查,建議餐飲供應可針對個人或項目之特殊性調整,相信對提昇選手的成績表現有很大的幫助。

(二)不同教育程度在設施上有顯著差異,從平均數值來看「生活設施」構面平均數最低,從量表排名上來看「生活設施」各題之排名也都在後面,建議中心應加強軟硬體設施。

(三)「提供選手及教練專項情報資料」,在其量表排名上為最後一名,而本人在中心集訓時也覺得在獲取資料方面少之又少,中心如能幫助教練、選手收集一些相關資訊,所謂知己知彼,百戰百勝在奪牌之路上亦可事半功倍。

(四)在中心集訓之選手,以學生佔大多數,訓練專項之餘的課業輔導,宜多加考量。

二、研究方法方面

本研究是屬問卷調查,以自陳的方式填答,此方法可能與實際情況不符,未來可就質化的研究著手,例如訪問、晤談與觀察的研究方法。使研究的結果,更趨客觀與真實。

三、研究工具方面

本研究工具是首次以國訓中心選手為主之量表，往後可繼續修訂針對各單項之需求，設計適用訓練滿意度之量表。

四、研究對象方面

本研究的對象以國家運動選手訓練中心選手為主，未來可擴及體育院校或者國、高中職之不同競技水準，不同運動性質之項目運動代表隊為研究對象，以期待對運動員在訓練滿意度上有更深入了解。

參考文獻

中文部分：

- 林新發 (民 72)。五專校長領導方式與教師工作滿意關係之研究。未出版之國立臺灣師範大學體育研究所碩士論文，臺北。
- 林國棟 (民 76)。我國體育外交之研究。體育學報，9 (1)，35-69。
- 林欽榮譯 (民 86)。人力資源管理 (第四版)。臺北：前程企業管理公司。
- 張宏亮 (民 77)。運動教練「工作滿意與工作環境」知覺之研究。未出版之國立臺灣師範大學體育研究所碩士論文，臺北。
- 張春興 (民 91)。現代心理學。臺北：東華書局。
- 黃士魁 (民 89)。我國甲組成棒球員訓練滿意度之研究。未出版之中國文化大學運動教練研究所碩士論文，臺北。
- 楊志顯 (民 86)。目標管理理念應用於運動訓練可行性之初探。體育學報，24，37-47。
- 鄭美玉 (民 73)。中等學校行政人員管理動機、內外控與其工作滿足之關係。未出版之國立政治大學教育研究所碩士論文，臺北。
- 鍾瓊珠 (民 87)。大專運動員休閒行為之研究：以國立臺灣體育學院專長學生為例。未出版之國立體育學院體育研究所碩士論文，桃園。

英文部分：

- Alderfer, C. P. (1982). Existence, relatedness, and growth: Human need in organizational settings. New York: The Free Press, 7-29.
- Blume, M. L., & Naylor, J. C. (1968). Industrial psychology. New York: Harper & Row.
- Chelladurai, P. (1984). Discrepancy between preferences and perceptions of leadership behavior and satisfaction of athletes in varying sport. Journal of Sport Psychology, 6, 27-41.
- Coffey, R. E., Athos, A. G., & Reynolds, P. A. (1975). Behavior in organization (p.216) Englewood Cliffs, New Jersey: Prentice-Hall.
- Dwyer, J., & Fischer, D. G. (1990). Wrestlers, perception of coaches leadership as predictors of satisfaction with leadership. Journal of Perception and motor skills (Missoula, Mont), 71(2), 511-517.
- Herzberg, F., Mausner, B., & Snyderman, B. (1959). The motivation to work. New York: John Wiley and Sons, Inc.
- Hoppock, R. (1935). Job satisfaction. New York: Harper & Brother.
- IAAF (International Amateur Athletic Federation),(1997).
[Http://www.iaat.org/](http://www.iaat.org/)
- Kang, S. J. (1997). The Statistics for physical Education and Sports, the 21 century education press. Seoul, 378-411.
- Lee, K. S. (1992). The theory and performances of sport (pp. 429-598). Seoul: Jiam-Sa.
- Maslow, A. H. (1968). A theory of human motivation in I. L. Heckman, Jr. and S. G. Huner yager Human Relation in Management, South Western, Cincinnati, 122-144.
- McCormick, E. J., & Tiffin, J. (1990). Industrial psychology (16th). Engle-wood Gliffs, N J: Prentice-Hall Psychology Series.
- Nussel, E. J., Wiersma, W., & Rusche, P. J. (1988). Work satisfaction of education professors. Journal of Teacher Education, 39(3), 45-50.

- Park, J . P. (1998). An analysis of the training satisfaction of elite track and field athletes in the Republic of Korea. Unpublished doctoral dissertation, United States Sports Academy, Daphne, Alabama.
- Riemer, H. A. (1995). Development of the athlete satisfaction questionnaire. Unpublished doctoral dissertation, The Ohio State University, Ohio.
- Riemer, H. A., & Chelladurai, P. (1995). Leadership and satisfaction in athletics. Journal of Sport & Exercise Psychology, 17, 276-293.
- Schliesman, E. S. (1987). Relationship between the congruence of preferred and actual behaviors and subordinate satisfaction with leadership. Microfilm Publications, College of Human Development and Performance, University of Oregon, 1 microfiche (81 fr): negative III.
- Snyder, E., E., & Baber, L., L., (1979). A profile of former collate athletes and nonathletes: leisure activities, attitudes toward work, and aspects of satisfaction with life, Journal of Sport Behavior (Mobile,Ala), 2(4), 211-219.
- Smith, P. C., Kendall, L. M., & Hulin, C. L. (1969). Measurement of satisfaction in work and retirement. Chicago: Rand Mcanlly.
- Seal, F. E., & Knight, P.A. (1988). Industrial/organization psychology: Science & Practice, Pacific Grove", California: Brooks/Cole90.Seashore, S.
- Spector, P. E. (1996). Job satisfaction. London: Sage Press.
- Vroom , V.H. (1964). Work and Motivation. N.Y. : John Willey & Sons , Inc , 1964 .
- Whittall, N. R., & Orlick, T. D. (1979). Sport satisfaction inventory. Psychology of Motor Behavior and Sport(pp. 144-155). Champign, IL: Human Kinetic.

附錄 A：

「國家運動選手訓練中心」選手訓練滿意度調查問卷（信效度分析）

各位選手：

您好，我是國立臺灣體育學院體育研究所的研究生，目前在本校杜教授登明的指導下，進行有關「國家運動選手訓練中心」選手訓練滿意度之研究。本研究結果將呈相關單位參考，以作為改善的依據，您的回答將對本研究有莫大的助益，本問卷採不記名方式填答，依個人觀感，請據實回答，感謝您的配合。

敬祝您

身體健康 旗開得勝！

研究生：許宜佳

指導教授：杜登明 教授 敬上

國立臺灣體育學院體育研究所

壹、個人基本資料

- 一、運動種類：(1) 排球 (2) 手球 (3) 軟網 (4) 跆拳道 (5) 柔道
(6) 舉重 (7) 角力 (8) 體操 (9) 武術 (10) 游泳 (11) 拳擊
(12) 田徑 (13) 橄欖球 (14) 網球 (15) 足球 (16) 現代五項
(17) 空手道 (18) 壘球 (19) 自由車 (20) 保齡球
(21) 棒球 (22) 籃球 (23) 划船 (24) 高爾夫 (25) 射擊
(26) 登山車 (27) 桌球 (28) 其他_____

- 二、性別：(1) 男 (2) 女

- 三、年齡：(1) 16-20 歲 (2) 21-25 歲 (3) 26 (含) 以上

- 四、教育程度：(1) 高中 (職) (2) 專科 (3) 大學 (含) 以上

- 五、職業 (或身份)：(1) 學生 (2) 軍 (3) 公、教

- 六、訓練年資 (指在 2001 年 7 月以後在訓練中心集訓時間)：

- (1) 1 個月以內 (2) 1-3 個月 (3) 3-5 個月 (4) 5 個月以上

貳、「國家運動選手訓練中心」選手訓練滿意度調查

請依下列各題的描述，根據您實際所感受的滿意程度，圈出適當的數字。例如：

我和隊友相處情形，使我感到..... 5 4 3 2 ① (滿意)

說明：「滿意程度」中各數字所代表的意義：

5：非常滿意 4：滿意 3：普通 2：不滿意 1：非常不滿意

	滿意程度				
	非常 滿意	滿 意	普 通	不 滿 意	非 常 不 滿 意
01.教練的專項資歷與專業素養，我覺得.....	5	4	3	2	1
02.教練決定團隊事務的方式，我覺得.....	5	4	3	2	1
03.教練對團隊秩序管理方式，我覺得.....	5	4	3	2	1
04.教練在生活作息的要求，我覺得.....	5	4	3	2	1
05.教練在比賽中，對戰術的選用與掌控，使我覺得.....	5	4	3	2	1
06.集訓中，教練技術層面的指導，我覺得.....	5	4	3	2	1
07.集訓中，教練體能層面的訓練，我覺得.....	5	4	3	2	1
08.集訓中，教練專項知識及訓練指導，我覺得.....	5	4	3	2	1
09.集訓中，對於安排重量訓練，我覺得.....	5	4	3	2	1
10.集訓中，每天訓練的時間，我覺得.....	5	4	3	2	1
11.集訓中，對於比賽戰術的指導，我覺得.....	5	4	3	2	1
12.比賽前，對於模擬練習比賽次數的安排，我覺得.....	5	4	3	2	1
13.對於中心訓練場地與設備的協助，我覺得.....	5	4	3	2	1
14.對於中心訓練場地的安全性，我覺得.....	5	4	3	2	1
15.對於中心提供訓練器材數量與品質，我覺得.....	5	4	3	2	1
16.對於中心提供輔助訓練儀器，我覺得.....	5	4	3	2	1
17.中心行政組對訓練的協助，我覺得.....	5	4	3	2	1
18.中心提供選手營養補劑（肌酸、維他命等），我覺得.....	5	4	3	2	1
19.中心提供選手運動傷害防護與治療的幫助，我覺得.....	5	4	3	2	1
20.中心提供科學儀器來協助選手突破技術瓶頸，我覺得.....	5	4	3	2	1
21.中心運動傷害防護人員的專業技能，我覺得.....	5	4	3	2	1

滿意程度

	非 常 滿 意	滿 意	普 通	不 滿 意	非 常 不 滿 意
22.中心協助選手實施技術與體能測驗之方式，我覺得.....	5	4	3	2	1
23.中心協助選手安排健康檢查項目，我覺得.....	5	4	3	2	1
24.中心協助選手在生病時的照護及提供的處方，我覺得.....	5	4	3	2	1
25.中心提供選手心理諮商與情緒輔導的協助，我覺得.....	5	4	3	2	1
26.中心提供選手及教練的專項情報資料，我覺得.....	5	4	3	2	1
27.就中心的氣候條件，是否適合你的專項訓練.....	5	4	3	2	1
28.對中心提供飲食的數量，我覺得.....	5	4	3	2	1
29.對中心食物的品質，我覺得.....	5	4	3	2	1
30.對於中心用餐時間，是否配合選手訓練時間，我覺得.....	5	4	3	2	1
31.對中心住宿環境的品質，我覺得.....	5	4	3	2	1
32.對中心宿舍生活管理的方式，我覺得.....	5	4	3	2	1
33.對中心交通車之調配，我覺得.....	5	4	3	2	1
34.對中心的休閒設施，我覺得.....	5	4	3	2	1
35.對中心的資訊設施，我覺得.....	5	4	3	2	1
36.對中心的圖書資源，我覺得.....	5	4	3	2	1
37.隊友和我討論專項技巧之情形，我覺得.....	5	4	3	2	1
38.訓練後對於自己的運動表現，我覺得.....	5	4	3	2	1
39.集訓中隊友間相處的和諧度，我覺得.....	5	4	3	2	1
40.團隊中隊友間互相激勵、互相尊重的情形，我覺得.....	5	4	3	2	1
41.訓練中，隊友間的學長(姊)弟(妹)的倫理關係，我覺得.....	5	4	3	2	1

問卷已填寫完畢，辛苦了！感謝您的填答與協助！

附錄 B：

「國家運動選手訓練中心」選手訓練滿意度調查問卷

各位選手：

您好，我是國立臺灣體育學院體育研究所的研究生，目前在本校杜教授證明的指導下，進行有關「國家運動選手訓練中心」選手訓練滿意度之研究。本研究結果將呈相關單位參考，以作為改善的依據，您的回答將對本研究有莫大的助益，本問卷採不記名方式填答，依個人觀感，請據實回答，感謝您的配合。

敬祝您

身體健康 旗開得勝！

研究生：許宜佳

指導教授：杜登明 教授 敬上

國立臺灣體育學院體育研究所

壹、個人基本資料

- 一、運動種類：(1) 排球 (2) 手球 (3) 軟網 (4) 跆拳道 (5) 柔道
(6) 舉重 (7) 角力 (8) 體操 (9) 武術 (10) 游泳 (11) 拳擊
(12) 田徑 (13) 橄欖球 (14) 網球 (15) 足球 (16) 現代五項
(17) 空手道 (18) 壘球 (19) 自由車 (20) 保齡球 (21) 棒球
(22) 籃球 (23) 划船 (24) 高爾夫 (25) 射擊 (26) 登山車
(27) 桌球 (28) 其他_____

二、性別：(1) 男 (2) 女

三、年齡：(1) 16-20 歲 (2) 21-25 歲 (3) 26 歲 (含) 以上

四、教育程度：(1) 高中 (職) (2) 專科 (3) 大學 (含) 以上

五、職業 (或身份)：(1) 學生 (2) 軍 (3) 公、教

六、訓練年資 (指在 2001 年 7 月以後在訓練中心集訓時間)：

- (1) 1 個月以內 (2) 1-3 個月 (3) 3-5 個月 (4) 5 個月以上

貳、國家運動選手訓練中心選手訓練滿意度調查

請依下列各題的描述，根據您實際所感受的滿意程度，圈出適當的數字。例如：
我和隊友相處情形，使我感到..... 5 4 3 2 ① (滿意)

說明：「滿意程度」中各數字所代表的意義：

5：非常滿意 4：滿意 3：普通 2：不滿意 1：非常不滿意

滿意程度

非 常 滿 意	滿 意	普 通	不 滿 意	非 常 不 滿 意
------------------	--------	--------	-------------	-----------------------

01.集訓中，教練技術層面的指導，我覺得.....	5	4	3	2	1
02.教練的專項資歷與專業素養，我覺得.....	5	4	3	2	1
03.教練在比賽中，對戰術的選用與掌控，使我覺得.....	5	4	3	2	1
04.集訓中，教練專項知識及訓練指導，我覺得.....	5	4	3	2	1
05.集訓中，對於比賽戰術的指導，我覺得.....	5	4	3	2	1
06.集訓中，教練體能層面的訓練，我覺得.....	5	4	3	2	1
07.教練決定團隊事務的方式，我覺得.....	5	4	3	2	1
08.教練對團隊秩序管理方式，我覺得.....	5	4	3	2	1
09.教練在生活作息的要求，我覺得.....	5	4	3	2	1
10.比賽前，對於模擬練習比賽次數的安排，我覺得.....	5	4	3	2	1
11.集訓中，每天訓練的時間，我覺得.....	5	4	3	2	1
12.對中心的資訊設施，我覺得.....	5	4	3	2	1
13.對中心的圖書資源，我覺得.....	5	4	3	2	1
14.對中心的休閒設施，我覺得.....	5	4	3	2	1
15.對中心宿舍生活管理的方式，我覺得.....	5	4	3	2	1
16.對中心交通車之調配，我覺得.....	5	4	3	2	1
17.對中心住宿環境的品質，我覺得.....	5	4	3	2	1
18.中心提供選手運動傷害防護與治療的幫助，我覺得.....	5	4	3	2	1
19.中心提供科學儀器來協助選手突破技術瓶頸，我覺得.....	5	4	3	2	1
20.中心運動傷害防護人員的專業技能，我覺得.....	5	4	3	2	1
21.中心協助選手安排健康檢查項目，我覺得.....	5	4	3	2	1
22.中心協助選手實施技術與體能測驗之方式，我覺得.....	5	4	3	2	1
23.中心提供選手及教練的專項情報資料，我覺得.....	5	4	3	2	1
24.中心協助選手在生病時的照護及提供的處方，我覺得.....	5	4	3	2	1

滿意程度

	非 常 滿 意	滿 意	普 通	不 滿 意	非 常 不 滿 意
25.對於中心提供訓練器材數量與品質，我覺得.....	5	4	3	2	1
26.對於中心訓練場地與設備的協助，我覺得.....	5	4	3	2	1
27.對於中心訓練場地的安全性，我覺得.....	5	4	3	2	1
28.對於中心提供輔助訓練儀器，我覺得.....	5	4	3	2	1
29.團隊中隊友間互相激勵、互相尊重的情形，我覺得.....	5	4	3	2	1
30.集訓中隊友間相處的和諧度，我覺得.....	5	4	3	2	1
31.訓練中，隊友間的學長（姊）弟（妹）的倫理關係，我覺得.....	5	4	3	2	1
32.隊友和我討論專項技巧之情形，我覺得.....	5	4	3	2	1
33.對中心食物的品質，我覺得.....	5	4	3	2	1
34.對中心提供飲食的數量，我覺得.....	5	4	3	2	1
35.對於中心用餐時間，是否配合選手訓練時間，我覺得.....	5	4	3	2	1

問卷已填寫完畢，辛苦了！感謝您的填答與協助！