

教練行爲問卷的因素結構與運動員 變項的關係探討

湯善森／國立政治大學

摘要

以目前研究缺乏較有利的證據，來說明教練行爲因素結構會影響到特殊行爲的效果，這篇藉由回顧一些研究文獻，來對運動員的教練行爲和他們的效能作某種程度上評估，以幫助國內運動員能表現得更好，以及維持最理想的心理狀態與注意力的知覺能力。探討結果支持 Smoll 和 Smith(1989)的運動領導行爲的模式適合在特質焦慮的研究。並且在文末上提出一些建議，以供國內研究者參考。

壹、前言

根據 Smoll 和 Smith(1989)所提出的運動領導行爲模式，這模式提供一個對研究教練領導行爲的理論基礎，以及對它們的影響。這認知行爲模式具體說明了對教練領導行爲的一個特定方法，也就是從運動員的知覺去回應教練的行爲。運動員基於這些知覺與回應，會產生一個針對教練領導行爲可評估的反應，以決定教練的實際行爲和行爲的評價。是故，教練行爲的最大影響力可能是取決於許多變項的交互影響。

檢驗運動員的知覺能力對他們教練行爲之評估反映，是構成整體領導模式的觀點，但這些測量的工具以目前來說是缺乏的。根據 Rushall 和 Wiznuk(1985)發展一個 36 題項的教練評估問卷來說，是運用橫跨四個領域來衡量教練的個人特質、個人、職業關係、組織的技術，以及老師與教練的技術能力，然其中問卷的限制，在於刻意強調優秀的教練特質，且避免教練負面的特質。但是，運動員對教練行爲評估的反應是決定正面與反面的行爲呢？特別是運動員如何知覺在運動比賽時，其教練的行爲是如何？運動員的評估行爲，是否依據他們的表現或適當的心理狀態會有一個正面或負面的結果？這樣的一個議題值得進一步分析與

探討。

貳、教練行爲與變項間的相關性

由於缺少了一些測量工具來評定運動員的知覺，以及評估運動員對正面與負面的教練行爲的反應，於是 Kenow 和 Williams (1992)發展一個教練行爲問卷 (CBQ)，其問卷內容共有 28 個題項，包括轉移教練的注意力有 7 題，另外 21 題是來自 Percival(1971)的研究和他的教練及以運動心理學經驗。Percival 評估了 382 個運動員在 24 種具競爭水準運動中的反應。他發現運動員有嚴重地反應，諸如教練的特質、感情及言語。然後在教練行爲問卷發展之後，Kenow 和 Williams 等 6 位具有現在與過去的教練經驗，評論這些題目以決定措辭用語，以及評估教練行爲是否影響教練的效益與重要性。

Kenow 和 Williams (1992)採用教練行爲問卷大學的女性籃球隊員爲對象，以測驗 Smoll 與 Smith's(1989)的領導模式論點、運動員競爭焦慮的特性對運動員知覺的影響，以及評估運動教練的行爲。他們也測驗認知、身體的焦慮和自信心。另爲增加題目作爲運動員的差異變項，來實際觀察是否影響知覺和教練行爲的評估。他們的第一個評估是對受試者評量教練的行爲，他們先知覺教練表現的特性，而後假設在那一季的運動會進入準決賽(四強賽)。他們第二個評量是檢查這些假設，是藉由管理競爭狀態焦慮表-2 (CSAI-2;Martens, Vealey, & Burton, 1990) 與教練行爲問卷在那一次的準決賽(四強比賽)後，是否會複製到實際競爭上。因此，第二個實際心理狀態的評量都在比賽與教練的特定比賽行爲之前。

上述的二個評量對 Smoll 和 Smith's(1989)的模式，以及加入一些運動員個人的不同變項，加入後的模式均提供了支持。尤其在 Kenow 和 Williams (1992)的研究中發現，假設性的設定運動員在 CTA 得到了較高的分數，然在認知狀態焦慮和較低自信心的運動員上對教練的評估會有較負面的評論。除了自信心以外，類似的結果也被發現在比賽的設定。這些研究者提出證據，說明運動員的知覺和反應可以利用教練行爲問卷來評估在比賽期間有關教練的行爲，但是他們失敗了，因爲提出分數和描述說明教練行爲問卷會產生次量表，而不是個別項目的分數和總分數。

在教練行爲問卷後續的研究上，Kenow 和 Williams(1993)採用探究性因素分析(EFA)來檢測在教練行爲問卷上計分方式。他們發現也證實

五種可能的次量表，但是受限於太少的受試者，以致於無法有效證實因素和驗證性因素分析(CFA)及再進行有關其他的分析。

參、教練行爲與運動員變項之間最新發展趨勢

Williams, Jerome, Kenow, & Rogers (2003) 認為教練行爲問卷已使用在先前的研究上，但因素結構並沒有充分地受到考驗，於是使用教練行爲問卷(Keown & Williams,1992)評估運動員的知覺和教練行爲的評價；運動競賽焦慮測驗(SCAT；Martens,1977)評估競爭特質焦慮(CTA)；競爭狀態焦慮表 2(CSAI-2；Martens et al.,1990)評量競爭狀態焦慮和自信心，以及一致性評量來進行一項對教練行爲問卷的研究。研究目的之一是在探討教練行爲問卷的因素結構，且藉由一大群受試者(男生 252 人，女生 232 人)去執行探究性和驗證性因素分析。他們會這樣做是認為目前缺乏清楚的教練行爲問卷觀念基礎，於是採取了一個較經常使用的方法將資料分成二個樣本，在一個樣本上進行探究性因素分析，另外在一個樣本上進行驗證性因素分析。因為 Kenow 和 Williams (1992,1993) 的研究顯示出同質的樣本缺點(只有女生大學間的籃球運動員)，因此限制了他們的研究成果被普遍化的程度。另外，研究的第二個目的是要以早期 Kenow 和 Williams 的研究成果（針對著運動員個人差異變項）複製更大的樣本到其他運動上。因為運動員對教練領導行爲的喜好與知覺是因不同種類的運動而異，所以有許多的運動才會被檢測(Chelladurai, 1984)。

他們的教練行爲問卷可行性評價是採用 smoll 和 smith (1989)的運動領導模式，也就是把運動員的知覺與評價反應到教練的行爲上，相關分析也為此模式給予支持。整個調查結果發現，相信 smoll 和 smith 的主張「教練行爲的主要影響是運動員歸因於自己的重要性」。換句話說，教練行爲與孩童態度之間包含有認知與表達感情的過程，而這些過程有助於教練與自己的運動經驗間的關係 (p. 1527)」。研究結果最有力的關係是運動員的個別差異變項到知覺與教練行爲的評價上，出現在教練行爲問卷分量表的負面作用之評價上。運動員自己描述有較高的競賽特質焦慮，較多的認知與身體狀態焦慮，以及較低的自信心，也知覺到教練在比賽期間的行爲、教導行爲使得他們感到緊張與不安，以及在認知、注意及表現上產生一個負面的效應。根據特質焦慮理論解釋，個體若是高焦慮者，所激發的知覺會當作是一種脅迫，包括客觀地無危險的激發(Martens et al., 1990, Spielberger, 1996)。證據也指示出環境的涉入威脅

到自尊，或潛在的失敗被知覺是強而有力的威脅來源(Spielberger, 1972)。高特質焦慮運動員產生的局促不安，可能是在他們教練的先前行為與比賽期間，有給予他們誇大負面矯揉造作的認知與回饋。

先前原理的闡述也解釋擁有較低自信心的運動員，對於教練行為會給予負面的評價。在籃球運動員的身體焦慮上發現，當運動員參加一項持續性的有氧運動要求時，如籃球、壘球及排球等運動，其競賽時間有維持一段時間，也許就能降低敏感度到先前比賽狀況的身體焦慮，並且指出當健身運動是具有較多的持續性與適當強度，則運動員會廣泛的減少自我評價的焦慮傾向(O'Connor, Petruzzello, Kubitz, & Robinson, 1995; Petruzzello, Landers, Hatfield, Kubitz, & Salazar, 1991)。

另外自信心與分量表中的支援性/情緒穩定之間的關係，也就是說，有較高認知與身體焦慮的排球選手，知覺他們的教練如同是獲得更多的支援與更好的情緒穩定，這個評價是預期之外的，同時也是焦慮與負面作用之間的相關。未來研究將需檢定這些結果的複製性，應該可以解釋運動的差異性，以及選手焦慮與支援性/情緒穩定的相關。

肆、結語

因此，假如運動員的目標、人格及信念與他的教練具有一致性，個體將可能產生人際間的正面互動氣氛。相反地，假如他們未達一致性，那麼可確信在運動員的心理需求上可能不會獲得滿足，並且這位運動員更可能地對教練的行為產生負面的評價。未來研究者應該發展多元題項量表，除了在這個領域上將可能提供更多證據與可信賴的數據外，它將能在滿意度的相關上，檢定出協調的各面向關係，同時也能知覺與評價各種教練行為的效能。

除了仍需要更徹底地對教練與運動員之間的協調做調查研究外，未來研究者應該考慮檢定其他運動員與教練的差異變項，它可能會是影響教練行為與運動員知覺，以及評價教練的行為反應。此外，在 smoll 和 smith(1989)的領導模式上對變項的認同外，亦有許多有關對教練的研究，建議應該增加變項的見解。在一些先前研究引起關於實際教練行為的問題，以及他們的行為如何對不同運動員產生變化。可惜的是，沒有研究使用教練行為問卷來檢測教練的實際行為是否對運動員的心理狀態與協調水準產生改變。無論如何，這些結果支持 Kenow 和 Williams(1992)提出有關教練不該以為在特定的情境下給予行為，就能對所有運動員有相同的效果。此結果也強調教練的需求，即能意識到個

別運動員的焦慮與自信心水準，以及與個別運動員的協調程度。

總之，領導者效能是屬於領導者的行為與旁觀者的觀點兩者組合而成，運動員的競賽特質焦慮、認知和身體狀態焦慮、狀態自信心、與教練的協調，是影響他們的知覺與教練行為的評價。特質焦慮研究結果支持 Smoll 和 Smith(1989)的運動領導行為模式，以及從其他變項的結果顯示，增加教練價值在運動員個體上的差異變項，將會影響教練行為的知覺與價值反應。

參考文獻

- Kenow, L. J., & Williams J. M. (1992). Relationship between anxiety, self-confidence, and the evaluation of coaching behaviors. *The Sport Psychologic*. 6, 344-357.
- Kenow. U., & Williams, J. M. (1993). Factor structure of the coaching behavior question-murex and its relationship to anxiety and Self-confidence. *Journal of Sport and Exercise Psychology* (Supplement), 15, 545.
- Martens, R., Vealey, R., & Burton, D. (1990). *Cofupetifive a fixity in sport*. Champaign, IL: Human Kinetics.
- O'Connor, P. J., Petruzzello, S. J., Kubitz, K. A., & Robinson, T.L. (1995). Anxiety responses to maximal exercise testing British. *Journal of Sports Medicine*, 29, 97-102.
- Percival L. (1971). The coach from the athletes' viewpoint. In J. W. Taylor (Ed.), *Proceeding Symposium an the Art and Science of Coaching* (pp. 285-325). Toronto: Fitness Institute.
- Petruzzello, S. J., Landers, D. M., Hatfield, B. D., Kubitz, I. C., & Salazar, W. (1991). A meta-analysis on the anxiety reducing effects of acute and chronic exercise: Outcomes and mechanisms. *Sporty Medicine*, 11, 142-182.
- Rushall, B. S., & Wiznuk, K. (1985). Athletes assessment of the coach: The Coach Evaluation Questionnaire. *Canadian Journal of Applied Sport Sciences*. 10, 157-161.
- Smoll F. J, & Smith, R. E. (1989). Leadership behaviors in sport: A theoretical model and research paradigm. *Journal of Applied Social Psychology*, 19. 1522-1551.

- Spielberger, C. D. (1966). Theory and research on anxiety. In C. D. Spielberger (Ed.), *Anxiety and behavior* (pp. 3-20). New York: Academic Press.
- Spielberger, C. D. (1972). Anxiety as an emotional state. In C. D. Spielberger (Ed.), *Anxiety: Current trends in theory and research* (Vol. 1, pp. 23-49). New York: Academic Press.
- Willhims, J. M., Jerome, G. J., Kenow, L. J., & Rogers, T. (2003). Factor Structure of the Coaching Behavior Questionnaire and Its Relationship to Athlete Variables. *Human Kinetics Publishers*, 17, 1-34.