



大學院校橄欖球隊教練領導行為 與選手滿意度之研究

劉雅燕/台北體院

鄭俊傑/真理大學

洪敦賓/淡江大學

摘要

本研究旨在探討大學院校橄欖球隊教練領導行為及選手滿意度之間的關係。研究者以台北市中正盃 131 名大學院校橄欖球選手為研究對象，「大學院校橄欖球隊教練領導行為與選手滿意度調查量表」為研究工具。再以描述性統計、獨立樣本 t 檢定、單因子變異數分析、雪費法事後檢定、Pearson 積差相關分析等方法進行統計分析。本研究之主要發現如下：

一、大學院校橄欖球選手在訓練過程中，對教練實際表現的領導行為為感受程度高低依序為：訓練與指導行為、關懷行為、獎勵行為、民主行為、專制行為。

二、大學院校橄欖球選手在訓練過程中，對教練實際表現的領導行為滿意程度高低依序為：運動成績表現、教練領導能力。

三、大學院校橄欖球隊不同的組別在訓練過程中，大專乙組對於教練領導行為之訓練與指導高於大專甲組；在最高選手層級方面，大專盃代表隊選手對於教練領導行為之訓練與指導高於全運級代表隊選手；在每週練習天數方面，2-3 天/週對於教練領導行為之訓練與指導高於 4-5 天/週。

四、大學院校橄欖球隊在不同組別選手滿意度，大專乙組對於教練領導行為之領導能力滿意度高於大專甲組；在最高選手層級方面，大專盃代表隊選手對於教練領導行為之領導能力滿意度高於全運級代表隊選手；在每週練習天數方面，2-3 天/週對於教練領導行為之領導能力滿意度高於 4-5 天/週。

關鍵字：教練、選手、領導行為、滿意度

壹、緒論

一、研究背景與動機

橄欖球運動發源起於 1823 年，英格蘭中部一個叫 RUGBY 小鎮的學校，舉行校內足球對抗賽，有一名球員求勝心切，以雙手抱住球，跑進球門內，引起在場觀戰的觀眾產生了靈感：「如果足球賽亦可用手比賽，必定變成一項更好玩的足球運動」，橄欖球的規則就因這樣而經過改進、演變，而發展起來。橄欖球運動是非常著重於團隊合作的組合體，它每一個位置的特性，和選手本身的身體條件、性格有直接關係，絕非選手的體魄高大、個人動作的精湛就能決定團隊的勝負。「天才贏得比賽，團隊合作贏得冠軍，有人說要使一個團隊偉大，有天才在隊中並不是必要的，而是這個天才如何融入其中。」(Weinberg & Gould,1999)。

在橄欖球運動中，教練扮演著舉足輕重的角色，其原因是橄欖球隊的人數眾多，教練要因各個不同的選手因材施教，了解選手們的性格以利激發其鬥志及向心力，然而掌舵橄欖球隊要有清晰的思維，冷靜且帶有強烈的熱忱及企圖心。「教練領導行為對於選手的改變或團隊的表現具有關鍵性的決定因素，且主導運動代表隊意向，因此，其具有組織、謹守規範和高度成就傾向等特性。」(Sage,1980;Weiss & Friderichs,1996; Westre & Weiss,1991)。

二、研究目的

本研究旨在探討九十四年度台北市中正盃橄欖球錦標賽大學院校選手對教練領導行為之感受與訓練滿意度之情形，並透過問卷調查瞭解選手的需求及感受，所提出具體研究目的如下：

- (一)分析大學院校橄欖球選手知覺教練領導行為之情形。
- (二)瞭解大學院校橄欖球選手對教練領導行為滿意度、代表隊整體滿意度之現況。
- (三)比較大學院校橄欖球選手不同背景變項對知覺教練領導行為之差異情形。
- (四)比較大學院校橄欖球選手不同背景變項對教練領導行為滿意度、代表隊整體滿意度之差異情形。



(五)瞭解大學院校橄欖球選手對整體訓練滿意度之情形。

貳、研究方法

一、研究範圍與對象

本研究以「台北市中正盃橄欖球錦標賽大學院校參賽選手」為研究樣本，包含有：台灣大學、海洋大學、中正理工學院、台北體育學院、輔仁大學、真理大學、蘭陽技術學院，共 7 所學校。問卷調查時間自中華民國九十四年十一月十九、二十日，共二天。由研究者將問卷攜至比賽現場對大學院校參賽選手進行調查，並請各校教練協助幫忙。本研究共發出 138 份問卷，回收有效問卷 131 份，無效問卷 7 份，回收率 94.92%。詳見表一。

表一 正式問卷發放及回收一覽表

學 校	施測問卷	有效問卷	回收率%
台灣大學	20	18	90.0
海洋大學	22	21	95.4
中正理工學院	10	9	90.0
台北體育學院	26	24	92.3
輔仁大學	22	22	100
真理大學	18	18	100
蘭陽技術學院	20	19	95.0
合 計	138	131	94.9

資料來源：本研究整理。

二、研究工具

本研究以問卷調查法來瞭解大學院校橄欖球隊教練領導行為與選手滿意度現況，並分析知覺的教練領導行為與選手滿意度之間的關係，研究者將其命名為「大學院校橄欖球隊教練領導行為與選手滿意度調查問卷」，問卷的編製程序分別敘述如下：

本研究問卷編製乃參考國內外相關文獻而製定，問卷主要內容分為三部份：

(一)基本資料

本研究之背景變項資料包括參賽組別、球齡、最高選手層級、每週練習

天數。

(二) 教練領導行為量表

研究者使用鄭志富(1994)編製之「運動領導量表」與依據閱讀相關研究參與動機理論方面之文獻資料,加以綜合歸納,修正整理編製而成。本研究量表計分方式是以李克特(Likert-type)的五點量表作為填答方式及計分依據,量表之第二部份教練領導行為依反應程度是,「不會」、「很少」、「偶爾」、「經常」、「總是」,分別給予1、2、3、4、5分;量表之第三部份選手滿意度依反應程度是,「非常不滿意」、「不滿意」、「普通」、「滿意」、「非常滿意」,分別給予1、2、3、4、5分。其得分愈高,表示動機愈強,反之愈弱。

三、信度及效度

(一) 信度分析

信度是指根據測驗工具所得到之結果的一致性與穩定性,且是效度的必要條件。本量表以內部一致性係數之Cronbach's α 為其信度分析;以因素分析法來建構其效度。「教練領導行為」部分,量表整體信度為.96;「選手滿意度」部分,量表整體信度為.83,顯示本量表具有良好之信度。

(二) 效度分析

本研究採用主成分分析法(Principal Component Analysis)再以最大變異法(Varimax)正交轉軸並萃取特徵值大於1以上之因數及捨去因素負荷量.40以下之題目。從表二「教練領導行為」部分分析得知,共萃取了五個因素,依解釋變異量順序,分別命名為訓練與指導行為、關懷行為、獎賞行為、民主行為、專制行為,其解釋變異量依序為9.31%、16.67%、11.56%、9.42%、7.1%,累積變異量為64.07%,顯示本量表具有良好的效度。



表二 大學橄欖球隊教練領導行為量表統計摘要表

因素名稱	特徵值	解釋變異量%	累積解釋變異量%
訓練與指導行為	15.00	9.31	19.21
關懷行為	2.73	16.67	35.98
獎賞行為	2.22	11.56	47.54
民主行為	1.63	9.42	56.96
專制行為	1.49	7.10	64.07

資料來源：本研究整理。

從表三「選手滿意度」部分分析得知，共萃取了二個因素，依解釋變異量順序，分別命名為運動成績表現、教練領導能力，其解釋變異量依序為46.31%、36.0%，累積變異量為82.31%，顯示本量表具有良好的效度。

表三 大學橄欖球隊選手滿意度量表統計摘要表

因素名稱	特徵值	解釋變異量%	累積解釋變異量%
運動成績表現	3.024	46.31	46.31
教練領導能力	1.091	36.00	82.31

資料來源：本研究整理。

參、結果與討論

一、基本資料分析

本研究問卷調查之基本資料，包含組別、球齡、當選最高選手層級、每週練習天數等，結果發現在組別方面，以大專乙組(58.0%)為高，因為此次賽事的甲組球隊僅有台北體育學院和輔仁大學，其餘五隊皆為乙組球隊。在球齡方面，以一年(22.2%)為最高，乙組球員大部份在大學階段才接觸橄欖球運動，且參賽隊伍又以乙組球隊居多，所以顯示出此現象。在最高選手層級方面，以大專盃代表選手(55.0%)為最高，因為乙組球隊居多，顯示大部份選手層級為大專代表隊。在每週練習天數方面，以4-5天/週(56.5%)為最高，顯示球隊為了準備此項賽事，而增加練習天數。

表四 研究樣本基本資料分析表

項目	樣本	人數	百分比%	排序
參賽組別	大專甲組	55	42.0	2
	大專乙組	76	58.0	1
總和		131	100.0	
球齡	1年	29	22.2	1
	2年	7	5.3	8
	3年	13	10.0	5
	4年	11	8.4	6
	5年	11	8.4	6
	6年	16	12.2	4
	7年	19	14.5	2
	8年	18	13.7	3
	9年	7	5.3	9
總和		131	100	
當選最高選手層級	國家級代表選手	33	25.2	2
	全運會代表選手	26	19.8	3
	大專盃代表選手	72	55.0	1
總和		131	100.0	
每週練習天數	1天/週	6	4.6	3
	2-3天/週	46	35.1	2
	4-5天/週	74	56.5	1
	6天以上/週	5	3.8	4
總和		131	100.0	

資料來源：本研究整理。

二、大學院校橄欖球隊教練領導行為分析

橄欖球錦標賽大學院校橄欖球隊選手知覺教練領導行為量表共分為五個向度，平均得分為 27.32，標準差介於 6.145—2.252 之間。各向度每題平均得分介於 43.37—10.11 之間，得分高低順序為「訓練與指導行為」、「關懷行為」、「獎勵行為」、「民主行為」、「專制行為」，詳見表五。顯示大學院校橄欖球選手在教練的訓練與指導下，可以增進選手的技術，以提升團隊成績。

表五 大學院校橄欖球隊選手知覺教練領導行為之現況分析表

向度名稱	題數	人數	平均數	標準差	排序
訓練與指導行為	11	131	43.37	6.145	1
關懷行為	8	131	30.29	4.784	2
獎勵行為	8	131	29.53	4.643	3
民主行為	6	131	23.31	3.435	4
專制行為	3	131	10.11	2.252	5
總量表	36	131	27.32	4.251	

資料來源：本研究整理。



三、大學院校選手滿意度分析

中正盃橄欖球錦標賽大學院校選手滿意度量表共分為二個向度，平均得分為 9.31，標準差介於 2.461—1.716 之間。各向度每題平均得分介於 10.79—7.82 之間，得分高低順序為「運動成績表現」、「教練領導能力」，詳見表六。顯現出中正盃橄欖球錦標賽大學院校選手對於運動成績表現的滿意度大於教練領導能力。教練對於中正盃橄欖球賽的重要性不及於大專盃，通常抱持著讓選手增加比賽經驗的態度，相對的教練在訓練上較為放鬆，所以在球員自我發揮下，能夠盡情的展現實力。

表六 大學院校選手滿意度之現況分析表

向度名稱	題數	人數	平均數	標準差	排序
運動成績表現	3	131	10.79	2.461	1
教練領導能力	2	131	7.82	1.716	2
總量表	5	131	9.31	2.089	

資料來源：本研究整理。

四、不同背景變項大學院校選手教練領導行為之差異分析

不同背景變項之中正盃橄欖球錦標賽大學院校選手教練領導行為，其中以「訓練與指導行為」向度得分最高，其次為「關懷行為」向度，「專制行為」向度得分最低，以下茲將研究樣本，依不同背景變項分別探討教練領導行為之差異情形，並加以分析討論。

(一)不同組別大學院校選手教練領導行為之差異比較

在訓練與指導行為向度中，乙組通常是大學才接觸橄欖球，教練有心要帶一支球隊就要付出更多的訓練與指導；相對於甲組，由於甲組球隊高中時期曾受過長期專業的訓練，所以乙組的訓練與指導行為比甲組更具顯著性。其餘各向度無顯著差異，如表七。

表七 不同組別大學院校選手教練領導行為事後比較分析摘要表

向度	樣本	個數	平均數	標準差	F值	事後比較
訓練與指導 行為	大專甲組	55	42.20	7.240	7.258*	T2>T1
	大專乙組	76	44.22	5.095		
關懷行為	大專甲組	55	30.20	5.539	6.167	
	大專乙組	76	30.36	4.191		
獎勵行為	大專甲組	55	29.33	5.392	8.681	
	大專乙組	76	29.67	4.048		
民主行為	大專甲組	55	22.93	4.149	8.253	
	大專乙組	76	23.59	2.806		
專制行為	大專甲組	55	10.35	2.238	0.016	
	大專乙組	76	9.95	2.262		

資料來源：本研究整理 註：T1 為「大專甲組」，T2 為「大專乙組」，*P<.05

(二)不同球齡大學院校選手教練領導行為之差異比較

不同球齡的選手對於教練領導行為各向度方面，實際感受並無顯著差異。

(三)不同最高選手層級大學院校選手教練領導行為之差異比較

在訓練與指導行為向度中，大專盃代表選手因在學校長期接受教練的訓練與指導，在領導知覺上，更勝於全運級代表選手，其原因是全運會為兩年一次的運動賽會，通常只會在前兩個月才集訓，相較之下，大專盃代表選手，經常在於學校訓練，接受教練的指導與訓練，所以大專盃代表選手比全運級代表選手更具顯著性。其餘各向度無顯著差異，如表八。



表八 最高選手層級大學院校選手教練領導行為事後比較分析摘要表

向度	樣本	個數	平均數	標準差	F值	事後比較
訓練與指導 行為	國家級	33	43.27	7.354	3.820*	C3>C2
	全運級	26	40.62	5.974		
	大專盃	72	44.42	5.320		
關懷行為	國家級	33	30.79	5.372	1.359	
	全運級	26	28.92	4.344		
	大專盃	72	30.56	4.624		
獎勵行為	國家級	33	30.58	5.836	2.549	
	全運級	26	27.88	4.092		
	大專盃	72	29.64	4.088		
民主行為	國家級	33	23.52	4.017	2.021	
	全運級	26	22.12	3.456		
	大專盃	72	23.65	3.077		
專制行為	國家級	33	10.36	2.219	0.406	
	全運級	26	10.23	2.338		
	大專盃	72	9.96	2.254		

資料來源：本研究整理。註：C1 代表「國家級」，C2 代表「全運級」，C3 代表「大專盃」，*P<.05

(四)不同每週練習天數大學院校選手教練領導行為之差異比較

在訓練與指導行為向度中，大學教練必須兼顧學校的教學及校務行政工作，無法完全投入球隊的訓練與指導，選手也需要兼顧自己的課業，無法每天練習，所以 2-3 天/週比 4-5 天/週更具顯著性。其餘各向度無顯著差異，如表九。

表九不同每週練習天數大學院校選手教練領導行為事後比較分析摘要表

向度	樣本	個數	平均數	標準差	F值	事後比較
訓練與指導 行為	1天/週	6	45.33	4.457	3.792*	D2>D3
	2-3天/週	46	45.30	5.138		
	4-5天/週	74	41.84	6.590		
	6天以上/週	5	46.00	3.464		
關懷行為	1天/週	6	30.17	2.229	1.326	
	2-3天/週	46	31.39	4.074		
	4-5天/週	74	29.61	5.312		
	6天以上/週	5	30.40	3.647		
獎勵行為	1天/週	6	27.17	3.971	1.226	
	2-3天/週	46	30.26	4.052		
	4-5天/週	74	29.16	5.088		
	6天以上/週	5	31.00	2.000		
民主行為	1天/週	6	22.67	2.251	1.007	
	2-3天/週	46	24.00	2.883		
	4-5天/週	74	23.00	3.623		
	6天以上/週	5	22.40	5.941		
專制行為	1天/週	6	9.50	1.049	.392	
	2-3天/週	46	9.98	2.408		
	4-5天/週	74	10.20	2.132		
	6天以上/週	5	10.80	3.701		

資料來源：本研究整理。D1 代表「1天/週」，D2 代表「2-3天/週」，D3 代表「4-5天/週」，D4 代表「6天以上/週」。*P<.05

五、不同背景變項之大學院校選手滿意度之差異分析

不同背景變項之中正盃橄欖球錦標賽大學院校選手滿意度，其中以「運動成績表現」向度得分較高，「教練領導能力」向度得分較低，以下茲將研究樣本，依不同之背景變項分別探討教練領導行為之差異情形，並加以分析討論。

(一)不同組別大學院校選手滿意度之差異比較

在教練領導能力向度中，對於乙組教練在訓練過程必須要更完善仔細說明的教學流程，以利選手學習，相對於甲組教練不必花太多的時間教導基本概念，所以乙組對於教練領導能力的滿意度比甲組更具顯著性。其餘各向度無顯著差異，如表十。



表十 不同組別大學院校選手滿意度事後比較分析摘要表

向度	樣本	個數	平均數	標準差	F值	事後比較
教練領導能力	大專甲組	55	7.25	1.83	2.89*	T2>T1
	大專乙組	76	8.24	1.51		
運動成績表現	大專甲組	55	10.64	2.66	0.71	
	大專乙組	76	10.91	2.32		

資料來源：本研究整理。T1 代表「大專甲組」，T2 代表「大專乙組」，*P<.05

(二)不同球齡大學院校選手滿意度之差異比較

不同球齡的選手對於教練領導能力與運動成績表現向度，實際感受並無顯著差異，如表十一。

表十一 不同球齡大學院校選手滿意度事後比較分析摘要表

向度	樣本	個數	平均數	標準差	F值	事後比較
教練領導能力	1	29	8.43	1.62	2.175	
	2	7	8.14	1.68		
	3	13	8.42	1.24		
	4	11	8.18	1.72		
	5	11	7.55	1.75		
	6	16	7.88	1.71		
	7	19	7.32	1.63		
	8	18	7.00	1.57		
	9	7	8.14	1.68		
運動成績表現	1	29	10.93	2.62	1.507	
	2	7	10.57	1.62		
	3	13	10.75	2.38		
	4	11	11.45	2.81		
	5	11	9.82	2.79		
	6	16	10.69	2.06		
	7	19	10.95	2.07		
	8	18	11.06	2.29		
	9	7	10.57	1.62		

資料來源：本研究整理。 *P<.05

(三)不同最高選手層級大學院校選手滿意度之差異比較

在教練領導能力向度中，大專盃代表選手因長期在學校接受教練的訓練，而全運級代表選手通常在比賽前二個月集合練習接受教練的指導，所以大專盃代表選手對於教練領導能力的滿意度比全運級代表選手更具顯著性。其餘各向度無顯著差異，如表十二。

表十二 不同最高選手層級大學院校選手滿意度事後比較分析摘要表

向度	樣本	個數	平均數	標準差	F值	事後比較
教練領導能力	國家級	33	7.73	1.941	3.893*	C3>C2
	全運級	26	7.08	1.440		
	大專盃	72	8.14	1.630		
運動成績表現	國家級	33	11.30	2.054	1.061	
	全運級	26	10.42	2.212		
	大專盃	72	10.69	2.699		

資料來源：本研究整理。註：C1 代表「國家級運動代表選手」，C2 代表「全運級代表隊選手」，C3 代表「大專盃代表隊選手」，*P<.05。

(四)不同每週練習天數大學院校選手滿意度之差異比較

在教練領導能力向度中，大學院校代表選手認為大學生活並不完全以練習為主，也要兼顧學校的課業及其他活動，所以大學院校代表隊選手對於教練領 2-3 天/週比 4-5 天/週更具顯著性。其餘各向度無顯著差異，如表十三。

表十三 不同每週練習天數大學院校選手教練領導行為事後比較分析摘要表

向度	樣本	個數	平均數	標準差	F值	事後比較
教練領導能力	1天/週	6	8.00	0.00	3.15*	D2>D3
	2-3天/週	46	8.41	1.54		
	4-5天/週	74	7.49	1.70		
	6天以上/週	5	7.20	3.11		
運動成績表現	1天/週	6	9.67	2.16	1.96	
	2-3天/週	46	11.02	2.30		
	4-5天/週	74	10.89	2.30		
	6天以上/週	5	8.60	5.13		

資料來源：本研究整理。D1 代表「1 天/週」，D2 代表「2-3 天/週」，D3 代表「4-5 天/週」，D4 代表「6 天以上/週」。*P<.05

六、大學院校橄欖球教練領導行為與選手滿意度之相關分析

在分析當中，教練領導能力和訓練與指導行為、關懷行為、獎勵行為及民主行為，其相關係數分別為.398、.359、.306 及.324，皆有顯著性；運動成績表現和訓練與指導行為、關懷行為、獎勵行為及民主行為，其相關係數為.195、.373、.253 及.321，皆有顯著性。可見，影響大學院校選手教練領導



行為與選手滿意度的關係，主要為「訓練與指導行為」、「關懷行為」、「獎勵行為」及「民主行為」等四個因素，如表十四。

表十四 大學院校橄欖球教練領導行為與選手滿意度之相關分析

教練領導行為 相關係數	教練領導行為					
	訓練與指導行為	關懷行為	獎勵行為	民主行為	專制行為	
選手滿意度	教練領導能力	.398**	.359**	.306**	.324**	.069
	運動成績表現	.195*	.373**	.253**	.321**	.154

資料來源：本研究整理。註：** $p < .01$ * $p < .05$

肆、結論與建議

一、結論

根據之前所提的研究問題分析結果，歸納出本研究的結論如下：

(一)不同參賽組別之大學院校選手知覺教練領導行為在「訓練與指導行為」呈現顯著差異，「關懷行為」、「獎賞行為」、「民主行為」、「專制行為」皆未達顯著差異。另大學院校選手滿意度在「教練領導能力」呈現顯著差異，「運動成績表現」未達顯著差異。

(二)不同球齡之大學院校選手知覺教練領導行為在「訓練與指導行為」、「關懷行為」、「獎賞行為」、「民主行為」、「專制行為」皆未達顯著差異。選手滿意度在「運動成績表現」、「教練領導能力」皆未達顯著差異。

(三)不同最高選手層級大學院校選手知覺教練領導行為在「訓練與指導行為」呈現顯著差異，「關懷行為」、「獎賞行為」、「民主行為」、「專制行為」皆未達顯著差異。選手滿意度在「教練領導能力」呈現顯著差異，「運動成績表現」未達顯著差異。

(四)不同每週練習天數大學院校選手知覺教練領導行為在「訓練與指導行為」呈現顯著差異，「關懷行為」、「獎賞行為」、「民主行為」、「專制行為」皆未達顯著差異。選手滿意度在「教練領導能力」呈現顯著差異，「運動成績表現」未達顯著差異。

(五)大學院校選手教練領導行為的「訓練與指導行為」、「關懷行為」、「獎勵行為」及「民主行為」與選手滿意度的「運動成績表現」、「教練領導能力」中，呈顯著相關，「專制行為」則無顯著相關。

二、建議

(一)在大學階段的橄欖球隊選手，除了學校課業及練球外，學校並沒有更好的規劃給予大學橄欖球選手更多的福利，以及對於球隊深刻的使命感，因此教練領導行為除了針對練球外，激勵選手對於人生有正面的思維、給予實質的幫助、利於選手之福利，以紓解選手心中對於未來的疑惑及焦慮，為非常重要的一個課題。

(二)橄欖球運動要將其選手性格、個人特質、技能，予以編配擔任位置，有利於團隊的最佳陣容，所以教練要面對其各不同的選手，思考要如何有效依選手不同的個性來激勵選手，更要因應人、事、時、地、物的不同，給予有利於整體代表隊的訓練及戰術方針，來共同達成球隊的目標及使命。

(三)本研究僅以多元領導模式之背景變項與領導行為進行研究，後續研究者可考慮凝聚力、組織承諾等變項之研究，以進一步了解不同的運動項目教練與選手之間的互動情形。

參考文獻

鄭志富(1997)。《運動教練領導行為研究》。台北，師大書苑。

Weiss, M. R. & Friderichs, W. D. (1996). The influence of leader behavior, coach attributes, and institution variables on performance and satisfaction of collegiate basketball teams. *Journal of Sport Psychology, 8*, 332-346.

Weinberg, R. S., & Gould, D. (1999). *Foundations of Sport and Exercise Psychology*.

Sage, G. H. (1980). Occupational socialization and value orientations of athletic coaches. *Research Quarterly, 44*, 269-277.

Westre, K. R., & Weiss, M. R. (1991). The relationship between perceived coaching behaviors and group in high school football teams. *The Sport Psychology, 5*, 41-54.