

大專原住民運動員運動熱情與阻礙因素之研究

許佑信、張家宜、張若寧/臺北市立大學 運動健康科學系碩士班

摘要

目的：探討不同背景變項大專原住民運動員之運動熱情與阻礙因素之差異性及相關性。方法：以全國各大專院校原住民運動員為受試者來源，共計 206 名(男性 126 位、女性 80 位)，平均年齡為 20.66 ± 1.82 歲。施以中文版運動熱情量表及阻礙因素量表，以獨立樣本 t 檢定、單因子變異數分析、及皮爾森積差相關進行統計分析。結果：一、男性選手強迫式熱情顯著高於女性選手；二、不同運動項目之選手的運動熱情沒有顯著差異；三、不同每週訓練時數中訓練時間長的選手運動熱情比訓練時間短的選手高；四、不同地區族群受試者當中，東部地區的調和式熱情比北部地區高；五、與家人同住及住學校宿舍者的運動熱情皆比在外租房者高；六、不同運動層級選手調和式熱情與強迫式熱情皆達顯著差異；七、不同每週訓練時數者的個人內在、個人外在、經費設備子向量達顯著差異，訓練時間短的選手阻礙因素會比訓練時間長的選手高；八、不同性別、運動項目、族群、居住狀況、運動層級者的阻礙因素各子向量沒有顯著差異；九、調和式熱情與個人外在及成就需求都呈現顯著負相關，而強迫式熱情與成就需求有顯著負相關，與經費設備方面則呈現顯著正相關。結論：應降低選手的阻礙因素並且提升運動熱情，來增加並延續原住民運動員培育發展。

關鍵詞：族群、強迫式熱情、調和式熱情、內在阻礙、外在阻礙

壹、緒論

一、研究動機：

國內外競技運動舞臺的表現中，原住民選手的運動成就常是備受矚目之焦點，且在許多國際運動會中皆有多位原住民選手獲選為國家代表隊及為國爭取相當優異之獎牌，如最早期臺灣第一位奧運獎牌田徑選手楊傳廣、至田徑新秀陳傑與楊俊翰等（張永政、王國慧、陳天文，2017），2004年的雅典奧運中華棒球代表隊40%的原住民選手等（范萬宇，2006）；由此可證明原住民在我國競技運動場上扮演重要角色。而原住民體育表現之所以能夠如此優秀，常被認為是從祖先為求生存而流傳下來的技藝下孕育而成的，如阿美族的獵魚、狩獵，在各項祭典中衍生的競賽，以及像卑南族的摔角、射箭等，都是融合了歷史文化背景與體育競技所衍生出的表現。

熱情是人們對於自己喜愛的、認為重要的事件或活動所產生的一種強烈傾向，使個體願意投入大量的時間與精力去從事該項活動（Vallerand et al., 2003）。Vallerand 等（2003）指出個體對於喜愛活動的認同會因內化歷程而有所不同，因此發展出二元熱情模式，細分為調和式熱情及強迫式熱情。調和式熱情是指個體自主內化特定活動的認同，在自主的情況下個體將熱情內化至個人認同。強迫式熱情是指熱情源自於他人或個體本身的壓力，個體控制內化特定活動所形成的認同，同時賦予特定目的（Vallerand et al., 2003）。但是，過去的研究學者曾經提到，運動員熱情（passion）可能是運動員倦怠的前置因素（Kent et al., 2018；Raedeke & Smith, 2001），而導致運動阻礙。

影響運動的阻礙因素非常的多，例如：時間、金錢、工作、興趣、能力等，個人在從事運動過程中遇有阻礙因素時，可能會產生

影響或改變運動行為與運動經驗之結果，將這個關鍵因素做整體的瞭解後，規劃出一個完善的策略，才可能使其運動項目有更好的發展（郭明義，2014）。歸納上述文獻可知，原住民族常具有適合發展體育的優勢背景，擁有優異的運動基因與潛能，故本研究將探討了解不同背景變項大專原住民運動員，對於專項運動的運動熱情與阻礙因素之間的關係，並經由研究結果，來增加並延續原住民運動員培育發展，供相關單位作為規劃與評估的參考依據，此乃本研究之主要研究背景。

二、研究目的

根據上述研究背景，本研究之研究目的如下：

- 一、探討不同背景變項（性別、運動項目、每週訓練時數、族群、居住狀況、運動層級）之大專原住民運動員的運動熱情之差異性。
- 二、探討不同背景變項（性別、運動項目、每週訓練時數、族群、居住狀況、運動層級）之大專原住民運動員的阻礙因素之差異性。
- 三、探討原住民運動員運動熱情與阻礙因素之相關性。

貳、研究方法

一、研究對象

本研究採用問卷調查法，以國內各大專院校原住民選手為研究對象，共發出 206 份問卷，其中紙本問卷 65 份、電子問卷 141 份，回收有效問卷 206 份，有效問卷回收率達 100%。

二、研究工具

本研究之研究工具為問卷，共包含三個部份，第一部份為個人基本資料，第二部份為運動熱情量表，第三部份為阻礙因素量表。運動熱情量表是引用李炯煌、季力康與彭涵妮（2007）之運動熱情問卷。依據 Vallerand 等人（2003）編制的量表所發展出的中文版

運動熱情量表，此量表分成兩個向度來測量運動熱情，包括調和式熱情及強迫式熱情兩向度，一共有 14 題，每個向度 7 題，對應題號如下：調和式熱情為第 1 至第 7 題，強迫式熱情為第 8 至第 14 題。每個子向量的計分方式各子向量平均得分，即各題目所得分數相加後除以題數所得之數值。

填答方式採 Likert 七點量尺計分，答題方式為「非常不同意 (1)」到「非常同意 (7)」，根據李炯煌等人 (2007) 研究指出，此運動熱情量表在整體的適配度、信度以及區別效度方面都有良好的信效度。信度方面，兩個分量表的 Cronbach' s α 值分別為 .84 及 .88，顯示此運動熱情量表具有可接受的信度及效度。

阻礙因素量表依據鄧人慈與王建峻 (2014)「新北市國中角力運動代表隊選手參與動機與阻礙因素之研究」問卷，與專家學者討論後採用並修改成「阻礙因素量表」，使用問卷之同意書如附錄四所示。填答方式採李克特式 (Likert-style) 五點計分法量表給予填答計分，共 27 題，每題從「非常同意」、「同意」、「沒意見」、「不同意」、至「非常不同意」，分別給予 5、4、3、2、1 之分數。得分越高，表示受試者阻礙因素越高，得分越低，則表示受試者阻礙因素越低。

問卷阻礙因素量表各構面之題目敘述，「個人內在」由問卷第 1-5 題構成、「個人外在」由問卷第 6-15 題構成、「成就需求」：由問卷第 16-21 題構成、「經費設備」：由問卷第 22-24 題構成、「支持程度」：由問卷第 25-27 題構成。在信度方面，Cronbach' s α 值分別為：「個人內在」 $\alpha = .86$ ，「個人外在」 $\alpha = .90$ ，「成就需求」 $\alpha = .87$ 「經費設備」 $\alpha = .88$ 「支持程度」 $\alpha = .65$ ，均達可接受水準，總量表 α 值則達 .95。本量表具有可接受的信度及效度。

三、資料處理與分析方法

施測完成後將蒐集到的資料進行整理，全部資料以 SPSS 中文版統計套裝軟體進行統計分析。

一、使用獨立樣本 t 考驗及單因子變異數分析檢定大專原住民運動員之運動熱情與阻礙因素之差異情形。

二、使用皮爾森積差相關探討大專原住民運動員之運動熱情與阻礙因素之關係。

三、本研究之統計考驗水準定為 $\alpha = .05$ 。

參、結果與討論

一、受試者描述性統計資料

在 206 名受試者中，以男性居多，佔 126 位，女性佔 80 位，平均年齡為 20.66 ± 1.82 歲，運動項目分類為陸上運動 62 位、水上運動 7 位、球類運動 95 位、技擊運動 42 位，族群分類為北部地區 41 位、南部地區 32 位、東部地區 133 位，居住狀況以往學校宿舍最多，其次依序為在外租房、與家人同住，運動層級國際賽事 11 位、全國賽事 96 位、一般組賽事 42 位、社團性質賽事 57 位。

二、不同背景變項的大專原住民選手運動熱情之差異分析

不同背景變項之大專原住民選手運動熱情的差異情形中運動項目並無明顯差異，而在性別、每週訓練時數、族群、居住狀況、運動層級則有顯著差異，茲就結果與討論敘述如下：

(一) 性別

不同性別的選手在強迫式熱情達到顯著差異 ($t = 2.35, p < .05$)，在調和式熱情上未達顯著差異 ($t = 1.67, p > .05$)。男性與女性原住民選手的運動熱情都以調和式熱情較高、強迫式熱情較低。

(二) 每週訓練時數

不同每週訓練時數的原住民選手運動熱情的調和式熱情與強迫式熱情皆達到顯著差異 ($p < .05$; 表 1), 再經雪費法事後比較, 發現每週訓練時數 12 小時以上者的強迫式熱情高於未滿 2 小時者, 此結果顯示運動熱情會因每週訓練時數不同有所差異。

表 1 不同每週訓練時數的受試者運動熱情差異之 ANOVA 摘要表

子向量	每週訓練時數	個數	平均數	SD	<i>F</i>	<i>p</i>	事後比較
調和式熱情	未滿 2 小時	11	6.09	0.88	2.96*	.03	
	2~8 小時	96	5.72	1.15			
	8~12 小時	42	5.59	1.23			
	12 小時以上	57	6.16	0.85			
強迫式熱情	未滿 2 小時	11	5.04	1.52	5.38*	.00	4 > 2
	2~8 小時	96	4.69	1.69			
	8~12 小時	42	4.97	1.25			
	12 小時以上	57	5.66	1.07			

* $p < .05$; 1=未滿 2 小時, 2=2~8 小時, 3=8~12 小時, 4=12 小時以上

(三) 族群

不同地區族群原住民選手運動熱情在調和式熱情達到顯著差異 ($F = 4.73, p < .05$), 再經雪費法事後比較結果, 北部地區與東部地區達顯著差異, 且東部地區族群的調和式熱情比北部地區族群高。不同地區族群的強迫式熱情則未達到顯著差異 ($F = 2.18, p > .05$)。無論是調和式熱情或強迫式熱情, 皆以東部地區族群最高, 其次依序為南部地區、北部地區。

(四) 居住狀況

不同居住狀況族群原住民選手運動熱情在調和式熱情與強迫式熱情皆達到顯著差異 ($p < .05$; 表 2), 此結果顯示運動熱情會因居住

狀況的不同而有所差異。無論是調和式熱情或強迫式熱情，皆以與家人同住者最高，其次依序為住學校宿舍者、在外租房者。

表 2 不同居住狀況的受試者運動熱情差異之 ANOVA 摘要表

子向量	居住狀況	個數	平均數	SD	<i>F</i>	<i>p</i>	事後比較
調和式熱情	與家人同住	38	6.09	0.90	5.30*	.01	1 > 2,
	在外租房	76	5.52	1.22			3 > 2
	住學校宿舍	92	5.99	1.00			
強迫式熱情	與家人同住	38	5.42	1.33	5.01*	.01	1 > 2,
	在外租房	76	4.63	1.59			3 > 2
	住學校宿舍	92	5.22	1.41			

**p* < .05; 1 = 與家人同住, 2 = 在外租房, 3 = 住學校宿舍。

(五) 運動層級

不同運動層級族群原住民選手運動熱情的差異情形，結果顯示在調和式熱情與強迫式熱情皆達到顯著差異 (*p* < .05; 表 3)，一般組賽事層級選手的調和式熱情與強迫式熱情皆顯著高於其他組別。調和式熱情排序為社團性質賽事最高，其次依序為、國際賽事、全國賽事、一般組賽事；強迫式熱情排序為社團性質賽事最高，其次依序為、國際賽事、一般組賽事、全國賽事。

表 3 不同運動層級的受試者運動熱情差異之 ANOVA 摘要表

子向量	運動層級	個數	平均數	SD	<i>F</i>	<i>p</i>	事後比較
調和式熱情	國際賽事	11	6.09	0.88	7.19*	.00	4 > 1,
	全國賽事	96	5.72	1.15			4 > 2,
	一般組賽事	42	5.59	1.23			4 > 3
	社團性質賽事	57	6.16	0.85			
強迫式熱情	國際賽事	11	5.04	1.52	14.24*	.00	4 > 1,
	全國賽事	96	4.69	1.69			4 > 2,
	一般組賽事	42	4.97	1.25			4 > 3
	社團性質賽事	57	5.66	1.07			

**p* < .05; 1 = 國際賽事, 2 = 全國賽事, 3 = 一般組賽事, 4 = 社團性質賽事。

三、不同背景變項的大專原住民選手阻礙因素之差異分析

不同背景變項之大專原住民選手阻礙因素的差異情形中性別、運動項目、族群、居住狀況、運動層級並無顯著差異，而在每週訓練時數則有達顯著差異，茲就結果與討論敘述如下：

(一) 每週訓練時數

不同每週訓練時數對於原住民選手阻礙因素在個人內在、個人外在、經費設備達到顯著差異 ($p < .05$ ；表 4)，再經雪費法事後比較結果，發現個人內在、經費設備中每週訓練時數未滿 2 小時者高於 2~8 小時者，在成就需求、支持程度未達到顯著差異，此結果顯示，原住民選手的阻礙因素在個人內在、個人內外、經費設備會因每週訓練時數的不同有所差異。

表 4 不同每週訓練時數的受試者阻礙因素差異之 ANOVA 摘要表

子向量	每週訓練時數	個數	平均數	SD	<i>F</i>	<i>p</i>	事後比較
個人內在	未滿 2 小時	11	2.07	1.50	2.88*	.04	1>2
	2~8 小時	96	1.46	0.57			
	8~12 小時	42	1.56	0.55			
	12 小時以上	57	1.47	0.65			
個人外在	未滿 2 小時	11	2.89	1.22	2.71*	.05	
	2~8 小時	96	2.28	0.70			
	8~12 小時	42	2.44	0.62			
	12 小時以上	57	2.46	0.70			
成就需求	未滿 2 小時	11	2.82	1.29	0.54	.66	
	2~8 小時	96	2.54	0.84			
	8~12 小時	42	2.69	0.93			
	12 小時以上	57	2.56	0.83			
經費設備	未滿 2 小時	11	2.55	1.48	3.14*	.03	1>2
	2~8 小時	96	1.72	0.81			
	8~12 小時	42	1.94	0.89			
	12 小時以上	57	1.88	0.83			
支持程度	未滿 2 小時	11	2.00	1.53	1.71	.17	
	2~8 小時	96	1.42	0.70			
	8~12 小時	42	1.47	0.68			
	12 小時以上	57	1.46	0.87			

* $p < .05$; 1=未滿 2 小時, 2=2~8 小時, 3=8~12 小時, 4=12 小時以上

肆、討論與建議

一、不同人口統計變項之大專原住民選手在運動熱情之差異比較

- (一) 男性選手強迫式熱情顯著高於女性選手。
- (二) 不同運動項目之選手的運動熱情沒有顯著差異。
- (三) 每週訓練時數中時間長的選手運動熱情比時間短的選手高。
- (四) 不同地區族群中，東部地區的調和式熱情比北部地區高。
- (五) 與家人同住及住學校宿舍者的運動熱情皆比在外租房者高。
- (六) 不同運動層級選手調和式熱情與強迫式熱情皆達顯著差異。

二、不同人口統計變項之大專原住民選手在阻礙因素之差異比較

- (一) 不同每週訓練時數者的個人內在、個人外在、經費設備子向量達顯著差異，訓練時間短的選手阻礙因素會比時間長的選手高。
- (二) 不同性別、運動項目、族群、居住狀況、運動層級者的阻礙因素各子向量沒有顯著差異。

三、大專原住民運動員運動熱情與阻礙因素的相關情形

調和式熱情與個人外在及成就需求都呈現顯著負相關，而在強迫式熱情與成就需求有顯著負相關，與經費設備方面則呈現顯著正相關。

四、建議

在運動熱情中，每週訓練時間較高的大專原住民運動員有較高的強迫式熱情，因此，可以加強其訓練每週訓練時間，以提升原住民在對於運動中的熱情。本研究是採用問卷調查，建議未來可使用深入訪談或個案研究等質性研究方式探討，更能有效去了解原住民族群個體本身的心理狀態。

參考文獻

- 李炯煌、季力康、彭涵妮 (2007)。熱情量表之建構效度。《體育學報》，40，77-87。
- 張永政、王國慧、陳天文 (2017)。全國中等學校運動會原住民田徑運動獲獎之分析。《運動教練科學》，47，101-107。
- 郭明義 (2014)。屏東縣原住民與非原住民國小柔道運動代表隊選手參與動機與阻礙因素之研究。未出版碩士論文。國立屏東教育大學，屏東縣。
- 范萬宇 (2006)。原住民學生參加國民小學棒球聯賽之現況探討—以新竹縣為例。《身體文化學報》，3，35-50。
- 鄧人慈、王建峻 (2014)。新北市國中角力運動代表隊選手參與動機與阻礙因素之研究。《輔仁大學體育學刊》，13，168-182。
- Vallerand, R. J., & Miquelon, P. (2007). Passion for sport in athletes. In D. Lavallee, & S. Jowett (Eds.), *Social psychology in sport* (pp. 249-262). Champaign, IL: Human Kinetics.
- Vallerand, R. J., Blanchard, C., Mageau, G. A., Koestner, R., Ratelle, C., Leonard, M., Gagne, M., & Marsolais, J. (2003). Les Passions De L'ame: On obsessive and harmonious passion. *Journal of Personality and Social Psychology*, 85(4), 756-767.
- Kent, S., Kingston, K., & Paradis, K. F. (2018). The relationship between passion, basic psychological needs satisfaction and athlete burnout: Examining direct and indirect effects. *Journal of Clinical Sport Psychology*, 12(1), 75-96.