

## 大學運動選手感恩對體育道德之預測：教練領導行為調節效果

The prediction of university athletes' gratitude on sportsmanship:

The moderating effects of coach's leadership behavior

<sup>1</sup>李宙縈 Chou-Ying Lee<sup>1</sup> 季力康 Li-Kang Chi<sup>\*</sup>

<sup>1</sup>國立臺灣師範大學體育學系 Department of Physical Education, National Taiwan Normal University

投稿日期：2017年5月；通過日期：2017年8月

### 摘要

**緒論：**近年來運動場域中道德行為頗受到關注，常有運動員為了勝利不擇手段，做出許多非體育道德行為。本研究目的探討感恩與體育道德間的關係及教練領導行為在感恩與體育道德間的調節效果。**方法：**係以大專院校運動選手共 263 位(男=183，女=80)為研究對象。研究工具包括感恩量表、運動領導量表與多維度體育道德量表擴展版等量表，問卷資料以皮爾遜積差相關與階層多元迴歸進行統計分析。**結果：**1、感恩可以正向預測體育道德；2、知覺教練領導行為中的專制行為會調節感恩對體育道德之預測；3、知覺教練領導行為中的民主行為會調節感恩對體育道德之預測。**結論：**提升運動員感恩及對於低感恩運動員宜展現教練領導行為中的民主行為，避免教練領導行為中的專制行為，以利未來對於運動競技場域中，促使運動競技選手更有運動道德，也促使賽事更加順利、圓滿。

**關鍵詞：**利社會行為、道德、民主行為、專制行為

### 壹、緒論

近年來，運動場域中道德行為頗受到關注，加上網路媒體的日益進步，常常會經由網路分享與媒體報導大肆渲染，例如：運動最高殿堂 2012 年倫敦奧運，羽球女子雙打涉打放水球事件、不同層級籃球比賽中出腳或是打拐子事件，為了勝利不擇手段，做出許多非運動道德行為。在過去的研究顯示過度強調競爭與輸贏，競技運動的脈絡下即是如此，優異的成績、表現重要，甚至是唯一的評量標準，畢竟，唯有勝者可以擁有榮耀、獲取獎金甚至於升學保送加分的機會，容易有運動道德問題的產生，降低利社會行為(Klieber, & Roberts, 1981)而助於反社會行為(Kohn, 1992)。

各種利益的誘惑、求勝心的驅動下反而忽略更重要的運動家精神令人遺憾。如此一來，造成有不合一般大眾所認知，或是不合常理、違反規則的行為出現，可能會受到社會大眾或公眾媒體的達伐與批評，當然，競技選手不是不應該努力求勝，而是還有更多更重要的過程與收穫值得我們發現，尤其是在運動道德及態度上更是令人崇尚，2016 里約奧運女子 5,000 公尺預賽，紐西蘭選手 Nikki Hamblin 摔跤後，絆倒了後方的

美國跑者 Abbey D'Agostino，Abbey D'Agostino 隨後將絆倒她的 Nikki Hamblin 扶起，並無為了勝利繼續比賽，英國每日郵報 2016 年報導，Abbey D'Agostino 與 Nikki Hamblin 相互扶持完賽，展現「奧運精神和公平競爭」的態度後，除順利晉級決賽外，還獲頒極其罕見的特優運動員精神獎章。如此一來，受到全球媒體矚目讚嘆，選手在爭取比賽勝利與運動道德之間，該如何取捨，是個值得深思的問題。

在競技場域中，往往不僅是單純以外在的比賽規則去抵制不道德的行為，更在心理、環境方面中有所影響，有關相關變項中，成就目標理論與運動家精神的研究(Duda, Olson, & Templin, 1991)、動機與運動家精神的相關研究(Vallerand, & Losier, 1994)而感恩被多位正面心理學者譽為美德之母(Wood, Joseph, & Linley, 2007)直到近幾年來才受到研究者的關注(McCullough, Emmons, & Tsang, 2002; McCullough, Kilpatrick, Emmons, & Larson, 2001)。感恩界定為：「在獲得正向經驗或結果的情況下，個體懷抱感激之情去辨識及回應來自於他人仁心善意的一種情緒特質傾向」。感恩是人際互動下所產生的正向情緒經驗，而做

\*通訊作者：季力康 Email: enjoy617@gmail.com

地址：106 台北市大安區和平東路 1 段 162 號

為一種人類的正向情緒經驗，它具有促進個體幸福感、利社會行為以及靈性生活的作用(McCullough, Tsang, & Emmons, 2004)。亦言之感恩傾向較強的人較常體驗正向的情緒，如愉悅、熱情、愛、快樂、樂觀等，培養感恩心讓人較不易受制於極負面的衝動，如嫉妒、不平、貪婪、怨恨。

McCullough et al., (2001)提到「感恩」有三個功用，其被視為與道德相關的概念：一、道德測量器的功能：這個反應可以理解感恩情緒對社會關係中的特殊變化的感受，當知覺到的他人善意增加，感恩情緒亦隨之增加。二、道德動機的功能：它使得感恩的人對恩人或其他人表現出更多利社會的行為。三、道德增強的功能：當表達出感恩時，可以使助人者在未來有更多道德行為的表現。McCullough, Kimeldorf., and Cohen (2008)研究發現感恩與青少年的利社會行為具有顯著的正相關，感恩與利社會行為的正相關，如此一來，感恩心是否會影響一位運動競技選手在比賽的情境中體育道德的發生？假使一位競技選手擁有較多的感恩心，那麼是否非體育道德下降，亦或是提升體育道德的產生？依據道德認知發展論，道德認知發展是個體與環境交互作用的結果，而選手透過教練訓練，使得選手與教練的關係密切，許義雄(1989)指出，教練對運動員的影響比學校的老師更大、更深遠，教練可以說是兄長、益友、嚴師，對運動員的影響既深且遠，其重要性不可言喻，鄭志富(1997)提到教練領導行為，係指運動教練以其天賦的特質或傾向，指導並影響整個運動代表隊綜合表現之行為，而選手知覺教練領導行為有所不同，教練不同的領導方式勢必影響選手展現出不同的行為表現，教練對於運動員的非運動家精神行為具有影響力，原因在於教練是運動團隊的領導者，教練的領導行為即是有效地引導群體的力量完成某一既定的目標，而在許多文獻中都已经有了明確的支持道德行為與感恩之間的關係，感恩程度愈強的運動員，其體育道德感愈強(王巧涵、陳坤虎，2012; McCullough, et al., 2002)。由於教練的專制行為是高度控制(即控制環境)下，人們不會因為擔心反社會行為會給他們帶來社會譴責和其他不利後果而遭到過失，反而在其中，能表現出自我滿足感和自尊心(Bandura, 1991)，故在運動場域中控制教練的領導行為下，選手較易做出反社會行為降低選手的運動家行為傾向 (Hodge, & Gucciardi, 2015) 因此本研究推估：若處在高度教練專制領導情境下，高感恩與低感恩運動員之間原本的體育道德傾向的差距，可能因此變得較不明顯。而 Deci

and Ryan (2000)認為人類是自然傾向於利社會的動物，給予適當的薰陶環境(例如：自主支持的環境)，較易做出利社會行為，故預估在運動場域中民主行為教練的領導行為下，高感恩與低感恩運動員之間原本的體育道德傾向的差距，可能因此也變得較不明顯。另外，運動場域中訓練與指導、獎勵行為、關懷行為教練領導行為下，就過去無相關研究支持預估無法有調節效果，本研究旨在透過實徵資料的蒐集與分析，教練的領導行為是否會調節影響感恩去預測體育道德，值得探討且過去未曾有人研究此類議題，故本研究欲分析此一變項。根據上述的問題背景與相關研究，個人特質會影響個人展現之行為，至於感恩此特質與體育道德有何關聯，本研究將深入探討。選手與教練的關係密切，而選手知覺教練領導行為有所不同，教練不同的領導方式勢必影響選手展現出不同的體育道德，有鑑於此，本研究之研究目的在於探討在大專運動員在競技運動脈絡下，感恩心對運動道德的關係，且是否會透過教練領導行為有所調節影響。本研究假設一：感恩特質會正向預測運動競技選手體育道德。假設二：預測知覺教練領導行為會調節影響感恩與體育道德之關係。

## 貳、方法

### 一、研究對象

本研究研究對象以輔仁大學、台北體院、台灣師大三所運動競技選大專甲組運動員為研究對象。大專院校甲組運動選手各隊選手之技術均在水準之上，屬國內各級之優秀選手正式施測發出 286 份問卷，剔除無效問卷 23 份，有效問卷為 263 份。研究參與者 263 位(男=183, 女=80)專項項目為：籃球、排球、棒球、壘球、橄欖球、足球、跆拳道、合球。

### 二、研究工具

#### (一) 感恩量表

感恩量表 (Gratitude Questionnaire, GQ) 原係 McCullough et al., (2002)所發展，由 Chen and Kee (2008)在獲得原作者同意之後，將 GQ 的翻譯修訂為中文版本，用來測量個體的感恩傾向 (grateful disposition)，該量表共計六題，本研究採李克特式七點量尺計分。在原始發展過程中結構方程模式結果顯示 GQ 具有良好的因素效度以及區別效度，同時 GQ 也與理論上相關的變項呈現預期的關係(如與生活滿意度為正相關，但與憂鬱為負相關)，本研究此六題的 GQ 的 Cronbach's  $\alpha$  係數為.82，顯示 GQ 具有良好的

信效度。

### (二)教練領導行為量表

本研究用以評量教練領導行為的量表採用鄭志富(1997)根據 Chelladurai and Saleh(1980)所提出之運動領導量表(Leadership Scale for Sports, LSS)為藍本,翻譯修訂而成之中文版共分為五個向度,訓練與指導行為、民主行為、專制行為、關懷行為、獎勵行為,共40個題目,採李克特 Likert 五點量尺計分。1表示不曾、5表示總是。本研究總量表的 Cronbach's  $\alpha$  係數為.94,各分量表的 Cronbach's  $\alpha$  值如下:訓練與指導行為.78、專制行為.88、民主行為.90、關懷行為.87、獎勵行為.80。各分量表的內部一致性係數均達.70以上,表示具有良好的信度。

### (三)多維度體育道德量表擴展版

本研究採用多維體育道德取向量表的擴展版根據 Vallerand and Briere(1997)根據體育道德定義五個維度所開發測量工具 MSOS,再經由 Stornes and Bru(2002)所發展的多維體育道德量表擴展表(The extended version of the multidimensional sportsmanship orientation scale, EMSOS)翻譯修訂,本量表採李克特 Likert 五點量尺計分,從「完全不符合」、「不符合我」、「部分符合」、「非常符合」及「完全符合」。分別給予1、2、3、4及5的分數。根據過去研究使用此量表方式,量表各題項之得分相加可得知體育道德的分數,分數愈高,表示體育道德程度愈高,本研究也進行此問卷信效度分析,正式問卷的五個構面的解釋變異量分別為 26.65%、13.77%、10.94%、9.93%、8.62%,累積解釋變異量為 69.91%。信度考驗採用內部一致性係數進行分析,本研究總量表的 Cronbach's  $\alpha$  係數為.86,各分量表的內部一致性係數均達.70以上,可說是具有良好的信度。

### 三、資料處理

本研究所有數據資料以 SPSS 20.0 for Mac 套裝統計軟體進行資料處理,進行問卷資料之問卷回收後,先剔除無效問卷,進行登錄與編碼,採用以下統計方法,本研究之檢定顯著水準訂為  $\alpha=.05$ 。

(一)以皮爾森積差相關考驗感恩和運動員體育道德及教練領導行為間的相關程度。

(二)以階層多元迴歸分析法考驗教練領導行為與運動員感恩對運動員體育道德是否具有預測力。

## 參、結果

### 一、運動員感恩與體育道德以及教練領導行為相關結果預測

由簡單相關分析結果可得知,變項間具有相關存在,說明表一如下:感恩與體育道德相關有顯著( $r=.36$ ,  $p<.05$ )表示越具感恩的選手,其體育道德程度越高。感恩與體育道德與教練領導行為中專制行為呈顯著負相關( $r=-.22$ ,  $p<.05$ ),而關懷行為( $r=.26$ ,  $p<.05$ )與正向回饋( $r=.28$ ,  $p<.05$ )與感恩呈顯著正相關,體育道德與教練領導行為中專制行為呈顯著負相關( $r=-.25$ ,  $p<.05$ )、民主行為( $r=.21$ ,  $p<.05$ )及關懷行為( $r=.20$ ,  $p<.05$ )呈正相關。

表一、感恩與體育道德及教練領導行為相關矩陣

	感恩	體育 道德	訓練 與 指導	專制 行為	民主 行為	關懷 行為	獎勵 行為
感恩	-						
體育 道德	.36*	-					
訓練與 指導	.14	.16	-				
專制 行為	-.22*	-.18*	-.22*	-			
民主 行為	.16	.21*	.24*	-.26*	-		
關懷 行為	.26*	.20*	.28*	-.20*	.28*	-	
正向 回饋	.28*	.13	.26*	-.23*	.33*	.32*	-
平均數	5.41	3.80	3.86	2.28	4.22	3.42	3.55
標準差	.86	.94	.72	.82	.76	.80	.86

\* $p<.05$

### 二、運動員的感恩心與教練領導行為風格調節效果對體育道德結果預測

根據表二中 M1 之迴歸分析結果,感恩對體育道德具有顯著的淨解釋效果( $\Delta R^2 = .08$ ,  $p<.05$ ),迴歸係數為( $\beta=.36$   $p<.05$ ),因此,感恩與體育道德具顯著正向關係,假設一成立。

表二、體育道德階層迴歸分析摘要表

研究變項	體育道德	
	M1 $\beta$	M2 $\beta$
感恩	.36*	.36*
訓練與指導	.16	
專制行為	-.18*	
民主行為	.21*	
關懷行為	.20*	
獎勵行為	.13	
感恩 x 訓練指導		-.02
感恩 x 專制行為		-.17*
感恩 x 民主行為		-.14*
感恩 x 關懷行為		-.03
感恩 x 獎勵行為		-.04
	( $\Delta R^2$ )	(.08*)
$R^2$	.12	.15
調整後 $R^2$	.11	.14
F 值	12.38*	11.20*

\* $p < .05$ 

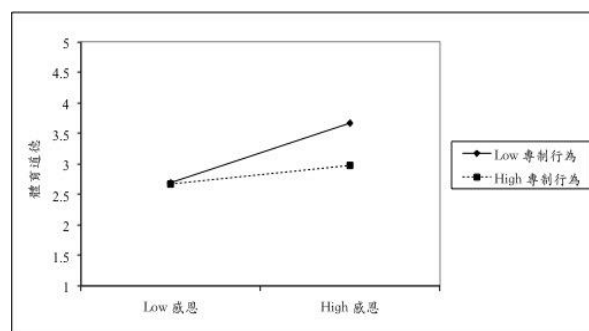
## 肆、討論

本研究假設一：感恩特質會正向預測運動競技選手體育道德。假設二：預測知覺教練領導行為會調節影響感恩與體育道德之關係。本研究的結果與過去許多探討感恩心議題的研究結果相符，感恩與道德程度正相關(Michie, 2009)，以及 McCullough et al., (2008)在文獻整理中提出了感恩會引發的助人行為。

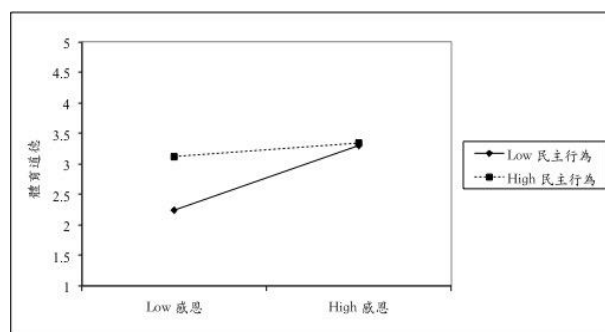
為了檢視教練領導行為的調節效果，本研究進行階層迴歸分析。其中，從表二的 M2 結果可以發現，教練領導行為對感恩與體育道德間具有顯著的調節作用( $\Delta R^2 = .09$ ,  $p < .01$ )。其中，專制行為對感恩與體育道德間具有調節效果( $\beta = -.17$ ,  $p < .01$ )；民主行為亦具有顯著的調節效果( $\beta = -.14$ ,  $p < .01$ )。

根據 West, Aiken, and Krull (1996)建議運用迴歸係數畫出交互作用圖，進而以圖來說明上述調節效果，一般來說，教練行為沒有調節作用，則實線和虛線是平行的(斜率沒有顯著差別)，也就是選手的感恩得分愈低(高)則體育道德得分愈低(高)，不會受到知覺教練專制行為強弱而變化。而上圖顯示，如圖一，在教練領導行為中專制行為時，有交互作用存在，教練的專制行為產生調節效應，使得選手的感恩和體育道德感原本的正向關係在教練低專制行為情境下雖尚能維持，

但是在教練高專制行為情境下則變得不明顯。也就是說，在高度專制教練領導情境下，高感恩選手和低感恩選手的體育道德感沒有顯著差別，體育道德皆偏低。如圖二，在教練領導行為中民主行為時，有交互作用存在，教練的民主行為產生調節效應，使得選手的感恩和體育道德感原本的正向關係在教練低民主行為情境下雖尚能維持，但是在教練高民主行為情境下則變得不明顯，也就是說，在高度民主教練領導情境下，高感恩選手和低感恩選手的體育道德感沒有顯著的差別，在此情境下，體育道德皆偏高，與緒論中所探討的情況下相同。



圖一、專制行為調節感恩與體育道德



圖二、民主行為調節感恩與體育道德

## 伍、結論與建議

本研究旨在探究教練領導行為在感恩與體育道德間之調節效果，經由研究結果，給予以下建議：

### 一、實際運用建議

(一)提升選手的感恩，方使選手對於運動體育道德方面皆有所提升，使選手不僅為能奪取金牌，更在奪取金牌的道路上對於運動家精神能有所成長。

(二)感恩教練除了訓練選手提升成績外，其領導行為亦影響選手的體育道德，建議教練多為民主行為領導選手，以利選手即使低感恩亦能有良好的體育道德，避免專制行為領導選手，以免降低高感恩選手的體育道德。

### 二、未來研究建議

(一)研究變項：本研究尚無探討背景變項對於此變項間的差異，建議未來研究可同時比較不同性別、不同年齡與不同層級的對象進行研究，以使研究層面更為廣泛，研究解果更為精確。

(二)研究工具：教練領導行為不僅僅此五種取向，近年更有相當多元的領導方式以及領導風格，建議未來研究可多加深入探討。

(三)研究方法：本研究採用問卷量表進行研究，建議未來的後續研究可使用不同研究方法，訪談質性方法或觀察法，並能採用質與量並重並行的研究，使研究更加深入的，更為完善。

### 引用文獻

- 王巧涵、陳坤虎(2012)。青少年感恩與心理健康、利社會行為之關連。《臨床心理學刊》，6(1)，11-11。
- 許義雄(1989)。運動教練的角色－就人本主義觀點談起。《中華體育季刊》，3，60-62。
- 鄭志富(1997)。運動教練領導行為研究取向。《中華體育季刊》，1，22-31。
- Bandura, A. (1991). *Social cognitive theory of moral thought and action*. In W. M. Kurtines & J. L. Gewirtz (Eds.), *Handbook of moral behavior and development: Theory, research and applications* (Vol. 1, pp. 71-129). Hillsdale, NJ: Lawrence Erlbaum Associates.
- Chelladurai, P., & Saleh, S. D. (1980). An official publication of the North American Society for the psychology of sport and physical activity. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 2(1), 34-45.
- Chen, L. H., & Kee, Y. H. (2008). Gratitude and adolescent athletes' well-being. *Social Indicators Research*, 89(2), 361-373.
- Deci, E. L., & Ryan, R. M. (2000). The "What" and "Why" of goal pursuits: Human needs and the self-determination of behavior. *Psychological Inquiry*, 11(4), 227-268.
- Duda, J. L., Olson, L. K., & Templin T. J. (1991). The relationship of task and ego orientation to sportsmanship attitudes and the perceived legitimacy of injurious acts. *Journal of Research Quarterly for Exercise and Sport*, 62(1), 79-87.
- Hodge, K., & Gucciardi, D. F. (2015). Antisocial and prosocial behavior in sport: The role of motivational climate, basic psychological needs, and moral disengagement. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 37(3), 257-273.
- Kleiber, D. A., & Roberts, G. G. (1981). An official publication of the North American Society for the psychology of sport and physical activity. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 3(2), 114-122.
- Kohn, A. (1992). *No contest: The case against competition*. Houghton Mifflin Harcourt.
- McCullough, M. E., Kimeldorf, M. B., & Cohen, A. D. (2008). An adaptation for altruism? The social causes, social effects, and social evolution of gratitude. *Current Directions in Psychological Science*, 17(4), 281-285.
- McCullough, M. E., Emmons, R. A., & Tsang, J. A. (2002). The grateful disposition: A conceptual and empirical topography. *Journal of Personality and Social Psychology*, 82(1), 112-127.
- McCullough, M. E., Kilpatrick, S. D., Emmons, R. A., & Larson, D. B. (2001). Is gratitude a moral affect? *Psychological Bulletin*, 127(2), 249-266.
- McCullough, M. E., Tsang, J. A., & Emmons, R. A. (2004). Gratitude in intermediate affective terrain: Links of grateful moods to individual differences and daily emotional experience. *Journal of Personality and Social Psychology*, 86(2), 295-309.
- Michie, S. (2009). Pride and gratitude: How positive emotions influence the prosocial behaviors of organizational leaders. *Journal of Leadership & Organizational Studies*, 15(4), 393-403.
- Stornes, T., & Bru, E. (2002). Sportspersonship and perceptions of leadership: An investigation of adolescent handball players' perceptions of sportspersonship and associations with perceived leadership. *European Journal of Sport Science*, 2(6), 1-15.
- Vallerand, R. J. & Losier, G. F. (1994). An official publication of the North American Society for the psychology of sport and physical activity. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 16(3), 229-245.

- Vallerand, R. J., & Briere, N. M. (1997). Development and validation of the multidimensional sportspersonship orientations scale. *Journal of Sport & Exercise Psychology*, 19(2), 197-206.
- West, S. G., Aiken, L. S., & Krull, J. L. (1996). Experimental personality designs: Analyzing categorical by continuous variable interactions. *Journal of Personality*, 64(1), 41-48.
- Wood, A. M., Joseph S., & Linley, P. A. (2007). Coping style as a psychological resource of grateful people. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 26(9), 1076-1093.

## The prediction of university athletes' gratitude on sportsmanship: The moderating effects of coach's leadership behavior

<sup>1</sup>Chou-Ying Lee <sup>1</sup>Li-Kang Chi\*

<sup>1</sup> Department of Physical Education, National Taiwan Normal University

Submit date : May 2017 ; Qualified date : August 2017

---

### Abstract

**Introduction:** Sports ethics has been attracting attention in recent years, we often learn that many athletes did unethical behaviors unscrupulously in order to win. The purpose of this study was to investigate the relationship between gratitude and sports ethics, also the moderating effects of coach's leadership style between above variables.

**Method:** This study empirically measured the variables in college students using personal basic information, Gratitude Questionnaire (GQ), Leadership Scale for Sports (LSS) and the Extended version of the Multidimensional Sportsmanship Orientation Scale (EMSOS), estimated by use of pearson product-moment correlation and multiple hierarchical regression analysis to analyze data. **Results:** a) Gratitude can positively predict prosocial behavior. b) Autocratic behavior in perceived coach leadership style will modified the prediction between gratitude and sport moral behavior. c) Democratic behavior in perceived coach leadership style will modified the prediction between gratitude and sport moral behavior. **Conclusion:** Based on the results of this study, we highly recommended enhancing athlete's gratitude, promote democratic behavior in coach leadership style to those perform lower gratitude behavior athletes, and avoid autocratic behavior in coach leadership style. Make the best effort to improve athletes having sports moral in competition will promote the sports event more impartiality in the future.

**Keywords:** moral, autocratic behavior, democratic behavior

---

