

國中橄欖球代表隊教練領導行為與球員團隊凝聚力之研究

陳寶億, 曹校章, 林昌國

體育室

人文社會學院

linkuo@chu.edu.tw

摘要

本研究以國中橄欖球代表隊為研究對象，透過問卷調查，瞭解國中橄欖球學校代表隊教練領導行為與球員團隊凝聚力之關係因素。研究結果發現：選手知覺到教練表現較多的讚賞行為，而團隊任務、目標之訂定對於球員產生對球隊的向心力方面佔有極大的重要性。在教練領導行為之因素構面，在不同練習天數、不同球齡變項呈現顯著差異。在球員團隊凝聚力因素構面，在不同練習天數在「團隊目標達成」因素達顯著。而在教練領導行為對球員團隊凝聚力各因素構面皆達顯著正相關，且以「訓練與讚賞行為」與「團隊目標的達成」相關值最高。建議教練對於選手之良好表現都能給予正面、適切的回饋與獎賞，並設立明確努力目標，以建立其自信心，增加自我肯定價值，俾益於運動技能的提昇。教練應可透過相關策略如單獨溝通、個別輔導、學長帶領及經驗傳承使新進球員盡速瞭解教練之領導模式；更應該關心、鼓勵選手的想法與身心的發展，使其了解球隊主要目標為何，並將個人目標與團隊目標相結合，以增進團隊對目標達成凝聚力。同時也期待現職教練能透過在職進修或回流教育等管道，去學習有關運動領導行為方面的技巧及團隊動力之經營策略，以帶領運動團隊邁向成功之路。

關鍵字：國中橄欖球代表隊、教練領導行為、球員團隊凝聚力