

臺灣運動教練領導行為與團隊凝聚力相關研究之文獻回顧

黃偉翔／蔡俊賢

國立高雄師範大學

摘要

本文之目的是透過文獻回顧的方式，了解教練領導行為與團隊凝聚力之相關研究。在運動項目中，教練所扮演的角色無庸置疑的是一位領導者，教練在領導過程中所展現出的領導行為，不僅會影響團隊凝聚力，對團隊之運動表現也有影響。本文透過研究的回顧整理出以下幾個論點：一、研究主題：臺灣運動教練領導行為與團隊凝聚力共 14 篇，包含教師反省的層次、類型、態度、內容、影響因素等；二、研究對象以國小學童對象最多；三、研究方法以問卷調查法為最多；四、研究結果：臺灣運動教練領導行為以「訓練與指導行為」為主；團隊凝聚力以「團隊適應」為主。因此，本文透過文獻探討的方式，瞭解臺灣運動教練領導行為與團隊凝聚力相關研究之脈絡，提供未來從事運動教練領導之研究方向以及提升運動教練專業發展之建議。

關鍵詞：領導、教練領導行為、團隊凝聚力

通訊作者：黃偉翔

E-mail：william820208@gmail.com

壹、前言

在人類社會中，領導行為無所不在，任何的團隊都需要領導者的領導，使其能有效的運作，進而發揮其效能。而領導的優劣，也將影響整個組織團隊未來的表現及發展。就體育運動來說，個人運動項目較著重個人技術的表現，團隊運動項目則較為講究團隊凝聚力與合作。在運動團隊裡，扮演領導者的角色的就是教練。教練的領導風格對整個團隊無疑會產生巨大的影響，一位成功的教練必須具備許多的能力，在團隊運動中，教練所扮演的角色是多樣性的。邱金松（1991）指出，一位成功的教練，除了應具有生理學、心理學以及有關訓練及指導方面的基礎知識之外，對於團隊社會學的研究與探討，更是不可欠缺的一環。除了本身必須具備該運動項目的專業技術以及相關的運動觀念與知識，教練還必須瞭解每個選手的生理及心理狀況，進而設計符合該團隊的訓練方法。目前尚未有文獻探討方式針對運動教練領導行為與團隊凝聚力的相關文獻，因此，本文欲透過文獻探討的方式，瞭解臺灣運動教練領導行為與團隊凝聚力相關研究之脈絡，提供未來從事運動教練領導之研究方向以及提升運動教練專業發展之建議。

貳、研究方法

本文旨在透過文獻蒐集與分析瞭解臺灣運動教練領導行為與團隊凝聚力之相關文獻，文獻蒐集鎖定相關期刊與論文，以全國碩博士論文網、臺灣期刊論文索引系統、華藝電子期刊網站為搜尋範圍。

其步驟為：

- 一、關鍵詞：所使用的關鍵字領導行為、團隊凝聚力進行資料檢索，共檢索 59 篇。
- 二、篩選：剔除體育無關與文獻回顧類之文獻，共檢索 51 篇，將文獻內容聚焦於教練領導行為與團隊凝聚力相關之實證研究共檢索 44 篇，再篩選、剔除近年(2011 年)之文獻，共 23 篇。
- 三、歸納：所搜集的文獻依年代、研究者、研究主題、研究方法為探討之構面，復將研究所得結果及所見之概念予以彙整討論，以得未來研究可依循之方向。

表 1

相關研究列表

作者/年代	研究主題	研究方法
王俊明(2011)	教練和選手的人際溝通能力對教練—選手之間知覺教練領導行為差異和團隊凝聚力的影響	問卷調查法
喻禮國(2011)	甲二級大專籃球教練領導行為對球員自信心與團隊凝聚力之影響	問卷調查法

林澤民 (2012)	教練領導行為、團隊氣氛與團隊凝聚力之研究—以足球選手為例	問卷調查法
黃義翔 (2012)	教練-選手關係在教練決策領導行為與團隊凝聚力關係中的中介效果探討	問卷調查法
陳維智 (2012)	跆拳道教練領導行為與選手競賽壓力之關係研究	問卷調查法
簡家俊 (2012)	角力教練領導行為與團隊凝聚力之研究—以中華民國 99 年全國角力錦標賽為例	問卷調查法
林佳蓉 (2012)	大專桌球選手知覺教練領導行為、組織氣氛、團隊凝聚力與滿意度之探討	問卷調查法
洪美娟 (2012)	大專桌球選手知覺教練領導行為與團隊凝聚力、團隊文化及團隊效能之關係研究	問卷調查法
許君立 (2012)	臺中市國小籃球隊選手知覺教練領導行為與團隊凝聚力之研究	問卷調查法
李良禹 (2013)	教練領導行為與領導信任對團隊凝聚力之相關研究—以北區運動代表隊為例	問卷調查法
陳盛彬 (2013)	羽球校隊凝聚力與教練領導行為之研究	問卷調查法
陳明宏 (2013)	大專校院籃球選手知覺教練領導行為與團隊凝聚力之關係研究	問卷調查法
林澤民 (2013)	足球教練領導行為、組織氣候、組織承諾與團隊凝聚力關係之研究—以文化差異為調節變數	問卷調查法
張簡坤明(2015)	手球選手知覺教練領導行為與團隊凝聚力關係研究	問卷調查法
王俊硯 (2015)	運動舞蹈教練領導行為與團隊凝聚力之研究—以 103 年全民運動會為例	問卷調查法
黃國豪 (2015)	躲避飛盤教練領導行為與團隊凝聚力之研究	問卷調查法
黃淑玲 (2016)	不同層級男、女排球選手教練領導行為、團隊凝聚力與目標取向比較研究	問卷調查法
黃淑玲 (2016)	不同運動項目選手教練領導行為、團隊凝聚力與目標取向之差異比較	問卷調查法
李建霖 (2016)	教練領導行為、訓練滿意度對團隊凝聚力之影響研究—以某大學棒球選手為例	問卷調查法
彭加豪 (2016)	大專校院啦啦隊社團知覺教練領導行為與團隊凝聚力之研究	問卷調查法
許子淵 (2017)	國中羽球選手隊教練領導行為、團體凝聚力與選手滿意度之研究	問卷調查法
陳進祥 (2017)	大專桌球代表隊教練領導行為與團隊凝聚力模式之實證研究	問卷調查法
張艾君 (2018)	羽球運動倫理與教練領導的思維	問卷調查法、訪談法、文獻分析法

參、結果與討論

本文蒐集 2011 至 2018 年之相關文獻，經篩選共蒐集 23 篇臺灣運動教練領導行為與團隊凝聚力之相關文獻，從研究主題可發現目前的研究以運動員為對象居多，少數研究從教練的角度探討，並且均有使用問卷調查法，量化的方式討論為主，質性研究方法為輔。歸納整理後分別由研究方法、研究對象與研究結果三個面向來進行探討。

一、研究方法

探討教練領導行為與團隊凝聚力研究相當廣泛，綜觀各學者之研究方法有問卷調查法、文獻分析法、訪談法，教練領導行為與團隊凝聚力研究初期以問卷調查探討教練領導行為與團隊凝聚力各層面為最多，其中以同學齡的普查形式居多。問卷內容主要探討教練領導行為與團隊凝聚力變項之關係與影響教練領導行為與團隊凝聚力因素。爾後增加訪談法後使得研究加廣。

張艾君（2018）透過文獻分析法在相關文獻中資料經過歸納統整之後，分析原因、陳述背景、影響範圍及了解意義，再以研究之專家學者及設定訪談學校為主角，研究訪談者個人羽球訓練發展之歷程進行分析，進而了解帶隊經營管理現況及帶隊倫理之訪談問題做為延伸探討。

問卷調查法所探討的內容也從教練領導行為層面衍生到目標取向等議題。黃淑玲（2016）採問卷調查法探討不同階層排球選手，與以往不同之處為探討教練領導行為、團隊凝聚力與目標取向的關係。林澤民（2013）以問卷調查的方式研究教練領導行為、團隊凝聚力、組織氣候、組織承諾並以文化差異為調節變數加以分析，深入探討領導內容與組織影響因素。發現在探討教練領導行為與團隊凝聚力之實證研究，主要以量為主質為輔的方式，只有 1 篇加入以教練深度訪談進行研究。問卷調查法可廣泛討論不同教練領導行為與團隊凝聚力的各層面，但多屬於運動員對於教練及團隊的單向思考，建議未來可透過更多以教練角度的深度訪談研究來進行團隊覺察。

二、研究對象

研究對象依研究目的不同有不同階層的研究對象，從縱向涵蓋學齡階段包含大專 13 篇、高中 4 篇、國中 2 篇、國小 2 篇，以大專對象最多，另有 2 篇以教練為對象之相關研究；在對象的選取有針對單一個案、數個個案、區域性整體的問卷調查等研究方式。建議未來可增加國中、小階段運動團隊之探討，探討各學齡階段之教練領導行為與團隊凝聚力之內容。

三、研究結果

根據相關文獻加以整理歸納，分別就「運動教練領導行為」、「團隊凝聚力」、「其

他發現」等三個層面加以說明：

（一）運動教練領導行為

根據相關文獻將運動教練領導行為分為訓練行為、指導行為、民主行為、獎勵行為、關懷行為。研究結果發現運動教練領導行為以「訓練行為」為主（許君立，2012；陳明宏，2013）；其次針對運動教練領導行為的問卷調查發現運動教練領導行為以「指導行為」居多。

（二）團隊凝聚力

團隊凝聚力的構面分為四個構面，分別為團隊合作、團隊目標、人際親合、人際歸屬。整理文獻發現團隊凝聚力因研究的對象不同，各研究所呈現的結果也不同，大專運動員在「團隊適應」得分最高（周佳達，2012）；高中團隊凝聚力文獻中，許子庭（2012）研究指出「團隊合作」得分最高；陳昌寧（2013）國中團隊凝聚力文獻中研究結果以「團隊合作」得分最高。陳怡君（2014）國小團隊凝聚力文獻中研究結果以「團隊適應」得分最高，因學齡階段之不同而呈現不同的團隊凝聚力構面，可見人際親合、人際歸屬為團隊凝聚力中得分較低的構面。

（三）其他研究發現

歸納研究結果發現教練和選手的人際溝通能力均可有效預測教練—選手知覺領導差異，而且教練的人際溝通能力、選手的人際溝通能力和教練—選手知覺領導的差異均能有效地預測團隊凝聚力（王俊明，2011）；正向的團隊氣氛領導行為，除了能增加團隊凝聚力之外，更能使團隊在達成團隊目標時更有效率（林澤民，2012）。

教練領導行為與團隊凝聚力於不同地區、學齡階段有不同的差異性，許子淵（2017）指出不同地區的國中羽球選手對於教練領導行為與團隊凝聚力的比較方面達顯著差異，另外中部地區選手對於教練領導行為及團隊凝聚力明顯較高；黃淑玲（2016）提出國中男排選手對於教練「訓練行為與指導行為」的知覺程度顯著高於高中職與大學男排選手。

綜合上述結果發現選擇正確的教練領導行為對於團隊助益之多面，教練領導行為之實證研究的重要性不言而喻。

肆、結論與建議

對於教練領導行為之理論與相關研究，國內的研究者均有相當多的論述，從各個不同的理論觀點來看，領導行為最終的目的，皆以帶領組織達到最高境界。其中所採用的領導方式皆因領導者的特質而有所差異，而這些領導方式也將影響著組織的績效及成員對組織的向心力。因此，教練領導行為是否得當，將影響團隊成員的感受。國內現在的

教育方式已趨向民主，因此在教練的領導行為上也受到民主風氣的影響，產生不同的以往的領導行為。教練在領導過程中所展現出的領導行為，不僅會影響團隊凝聚力，對團隊之運動表現也有影響。因此，本文獻回顧將針對教練領導行為和團隊凝聚力之間的關係。以提供教練在指導選手以及領導運動團隊時一個參考的依據。

參考文獻

- 王俊硯(2014)。**臺灣地區運動舞蹈選手知覺教練領導行為與團隊凝聚力對成績表現影響之研究**。(未出版碩士論文)，國立臺灣師範大學，臺北市。
- 王明月(2012)。桌球選手運動涉入、流暢體驗與身體自我概念之關係。**大專體育學刊**，14(3)，328-336。
- 邱金松(1991)。**我國專業人力之培養、供需與管理系統規劃研究**。教育部委託之專題研究專案報告。台北市：教育部。
- 許君立(2011)。**台中市國小籃球隊選手知覺教練領導行為與團隊凝聚力之研究**。東海大學教育研究所碩士論文，台中市。
- 陳明宏(2013)。**大專校院籃球選手知覺教練領導行為與團隊凝聚力之關係研究**。**中原體育學報**，2，82-80。
- 陳怡君(2014)。**國小躲避球隊選手知覺教練領導行為與團隊凝聚力之研究**。(未出版碩士論文)，國立臺南大學，臺南市。
- 陳慧菁(2014)。**高中女子壘球選手知覺教練領導行為與團隊凝聚力相關之研究**。(未出版碩士論文)，樹德科技大學，高雄市。
- 張崇恩(2015)。**國中排球員知覺教練領導行為與參與動機之研究—以全國排球聯賽甲級男子排球隊為例**。(未出版碩士論文)，高雄師範大學，高雄市。
- 張智峰(2011)。**SBL 籃球教練領導行為之研究**。台北市立體育學院運動教育研究所碩士論文，台北市。
- 黃國豪(2015)。**教練領導行為與團隊凝聚力相關之研究-以屏東縣國小躲避飛盤選手為例**。(未出版碩士論文)，大仁科技大學，屏東縣。
- 劉棟材(2015)。**中等學校手球選手知覺教練領導行為與團隊凝聚力之研究**(未出版碩士論文)。臺北市立大學，臺北市。
- 劉俊志(2011)。**臺北市國小羽球選手知覺教練領導行為與團隊凝聚力之研究**。未出版碩士論文，臺北市立教育大學，臺北市。
- 盧育聖(2015)。**高雄市國小田徑選手知覺教練領導行為與團隊凝聚力之相關研究**。(未出版碩士論文)，高雄師範大學，高雄市。
- 謝曉青(2015)。**臺北市立國小運動團隊選手知覺教練領導行為與運動學習成效之研究**

- (未出版碩士論文)。臺北市立大學，臺北市。
- 范國興(2012)。**臺北市國小籃球選手知覺教練領導行為與團隊凝聚力之研究**(未出版碩士論文)。臺北市立體育學院，臺北市。
- 賴芳蘭(2014)。**屏東縣國中球類運動選手知覺教練領導行為及其選手運動自信心與團隊凝聚力關係之研究**(未出版碩士論文)。國立屏東教育大學，屏東市。
- 林勝雄(2016)。**教練領導行為對球隊影響研究-以宜蘭縣國中籃球隊為例**(未出版碩士論文)。私立佛光大學，宜蘭縣。
- 林意玲(2017)。**校長領導行為與學校經營之研究—以印尼西加一所私立學校為例**(未出版碩士論文)。國立臺灣師範大學，臺北市。
- 周佳達(2012)。**大專羽球教練領導行為與團隊凝聚力之相關研究**。(未出版碩士論文)，大葉大學，彰化縣。
- 簡家俊(2011)。**臺灣角力教練領導行為與團隊凝聚力之研究**。未出版碩士論文，國立臺灣體育學院，嘉義縣。
- 簡秋華(2013)。**國中排球選手訓練滿意度與團隊凝聚力之研究—以2012年排球聯賽選手為例**。未出版碩士論文，輔仁大學，新北市。