

我国优秀短跑运动员自信心来源特征及结构性分析^①

范安辉, 董德龙

西南大学体育学院, 重庆 400715

摘要: 通过文献资料、问卷调查、数理统计等方法, 对我国优秀短跑运动员自信心来源及特质自信心进行调查分析, 结果表明: 不同属性高水平短跑运动员之间不存在显著性差异, 运动员自信心对特质运动应对自信心存在显著性影响。同时, 进一步分析了自信心来源七个维度对运动水平的影响, 并对该类项目运动员自信心的形成机理及关系进行了研究, 以期为我国高水平短跑训练的提高提供有效的理论参考与依据。

关键词: 短跑运动员; 特质自信; 自信心来源; 差异分析

中图分类号: G804.8

文献标识码: A

自信心来源起源于班杜拉(Bandura, 1977)的自我效能(self-efficacy)^[1], 是社会心理学和动机心理学中的重要概念, 自我效能是指一个人对自己能否成功地完成一项任务所持的信心和期望, 或者对自己成功地完成一项任务所具备的潜能的认识^[2]。目前, 许多学者对运动员自信心来源从不同的角度进行了研究, 班杜拉认为, 自我效能的来源有成就表现、替代经验、口头劝说、生理状况、情绪状况、意象经验, 其中成就表现对自我效能及运动表现有较强的影响力^[1]; Whitney(2000)等人通过质性研究的方法, 以半结构式的访谈, 研究了8位美国顶尖的运动选手^[3], 探索其运动自信心来源的内涵, 发现优秀运动员的自我效能来源包括情境的影响、生理准备的知觉、心理准备的知觉、个人的属性、运动以外的因素、早期的发展等; 台湾学者黄崇儒、郭香云等针对先前的研究, 在测验格式及陈述句等方面做了进一步的修改, 发现了不同水准运动员在将教练领导视为自信心来源的重要程度上存在显著差异现象, 并从技术/情绪知觉、教练领导、生理准备、自我呈现、替代经验、过去经验、社会支持等七个方面进行了专项研究^[4]。

1 研究方法

1.1 文献资料法

对大量有关国内外运动员自我效能的研究文献进行了梳理, 并结合自我效能的相关理论进行论证, 从而为本研究提供科学、合理的理论基础。

1.2 问卷调查法

本研究采用黄崇儒编写的运动员自信心来源问卷(五点量表)^[5]及 vealey(1986)编制的特质运动员自信心量表(TSCI, 9点量表)做为测试工具^[6], 对我国优秀短跑运动员, 主要是参加第十届全国运动会的10名优秀短跑队员进行较为系统的调查与分析, 并对该问卷的信、效度进行了重新的验证, 为我国短跑训练水平的稳定发挥提供有益的理论参考与检测手段。

1.3 数理统计法

本研究将所获得的数据, 统一使用 spss12.0 进行处理, 并建构该类项目运动员自我效能作用模型。

① 收稿日期: 2008-01-07

基金项目: 西南大学科技基金资助项目(SWUF2006005)。

作者简介: 范安辉(1968-), 女, 重庆人, 副教授, 主要从事运动训练学的研究。

2 研究结果与分析

2.1 量表的信、效度检验

本研究首先采用陡坡分析方法对该量表的结构效度进行了因素验证,分析显示,结构效度比较适合,所以该量表在结构效度上基本满足本研究的需要.同时,我们对特质自信心量表进行了结构性验证分析,结合我国学者沈龙科对运动员特质自信心的研究^[7],最终确立了两个维度,分别为特质运动应对自信心和特质运动任务自信心.特质运动应对自信心主要是指个体通过对运用自己的能力在竞技运动中面对压力、克服困难的信念和确信程度,特质运动任务自信心主要是指个体通常对运用自己的能力在竞技运动中完成运动任务的信念和确信程度.并且最终对该量表的各维度的信度进行了分析(表 1),统计显示,各维度信度基本达到统计要求,由于样本量的限制,有的维度信度系数略显偏低,对总量表进行信度检验, α 系数为 0.808,达到统计要求.

表 1 运动员自信心来源量表及特质自信心量表的信度表

分量表	被试人数	条目数	克隆巴赫 α 系数
技术知觉	10	6	0.630
自我呈现	10	4	0.627
教练领导	10	4	0.723
生理准备	10	3	0.706
过去经验	10	4	0.755
社会支持	10	4	0.784
替代经验	10	4	0.989
特质自信心	10	13	0.759

2.2 我国优秀短跑运动员自信心来源及特质自信心描述性分析

表 2 列出了优秀短跑运动员自信心各维度得分和总分数情况.从各分量表总分的平均数来看,在题项数相等的前提下,教练领导和过去经验这两个维度短跑运动员普遍得分较高,生理准备在该类项目中表现并不突出,这可能说明生理准备只是运动员临场发挥所必须的基本条件,而对运动员自我效能的形成并不重要.相反,经验的累积和教练的领导,却成为运动员自信心形成的重要影响因素.

表 2 我国优秀短跑运动员自信心来源及特质自信各维度得分统计

	技术知觉	自我呈现	教练领导	生理准备	过去经验	社会支持	替代经验	特质应对	特质任务
题数	6	4	4	3	4	4	4	8	5
N	10	10	10	10	10	10	10	10	10
\bar{X}	20.636 4	11.818 2	13.454 5	9.727 3	12.909 0	11.272 7	11.272 7	40.272 7	24.454 5
S	3.324 8	1.328 0	2.504 5	0.786 3	1.972 5	1.489 4	1.272 1	5.900 0	4.719 4

2.3 不同属性运动员各项指标比较分析

有关运动员属性的问题,在运动员自信心来源的研究中都被提及,虽然在结果上有不同的发现,有些认为会影响运动员自信心来源,有些则认为不会,在不同的运动项目上存在不同程度的差异.笔者对我国优秀短跑运动员的自信心来源及特质自信从运动水平及性别两个方面加以分析比较(表 3).

表 3 我国不同属性短跑运动员自我效能影响因素各维度测试统计

	国际健将	健将	p_1	男	女	p_2
技术知觉	21.57	19.00	0.235	21.12	19.33	0.455
自我呈现	11.85	11.75	0.905	11.87	11.66	0.830
教练领导	14.28	12.00	0.088	13.37	13.66	0.874
生理准备	9.85	9.50	0.498	9.62	10.00	0.510
过去经验	13.14	12.50	0.629	13.12	12.33	0.581
社会支持	11.85	10.25	0.083	11.00	12.00	0.348
替代经验	11.28	11.25	0.967	11.00	12.00	0.267
特质应对	38.85	42.75	0.421	39.00	43.66	0.264
特质任务	24.00	25.25	0.695	24.75	23.66	0.754

注: p_1 为国际健将与健将级比较差异显著性, p_2 为不同性别之间的比较差异显著性.

检验结果表明,在所测得运动员自信心来源各维度上,国际健将在各维度的得分上普遍高于健将级别的运动员,而特质自信的两个维度的得分国际健将低于健将级别的运动员,这可能是由于样本所限的缘故,值得进一步的探讨。随后,笔者对不同水平运动员各维度的显著性进行了比较,均未出现显著性差异($p>0.05$),只是在教练领导和社会支持两个维度上表现出接近显著性水平。同时对不同性别的短跑运动员进行了比较,结果显示,不同性别短跑运动员在各维度得分上表现出一定的高低现象,对于技术知觉、自我呈现、过去经验、特质任务自信这几个维度上,男性运动员高于女性运动员,而在教练领导、生理准备、社会支持、替代经验及特质应对自信这几个维度上,女性高于男性,在一定程度上显露出外在控制的作用,在这一点上,比较符合 Anshel^[8](1990)提出的女性比男性更倾向于外控的研究,但对两者之间的显著性检验后,同样,并未存在显著性差异($p>0.05$),这可能主要是因为都是高水平运动员的缘故。

2.4 运动员自信心来源的结构性分析

图1是对我国优秀短跑运动员自信心来源、特质自信心及不同属性之间建立的结构方程模型,统计结果显示,年龄、训练时间及训练水平对自信心来源的影响程度依次为训练水平、训练年限及年龄,但从显著性分析上并未表现出显著水平,表明这三个变量对运动员自信心来源的影响是不显著的,但存在明显的间接作用,从对自信心来源的七个维度的作用程度来看,仅生理准备和社会支持两个维度未达到显著性水平,其余各维度均达显著性($p<0.05$),其中过去经验这一维度达到极其显著水平($p<0.001$),表明运动训练的年代及训练的水平在这一点上表现比较突出,对该类项目运动员自信心的影响程度也是最显著的。

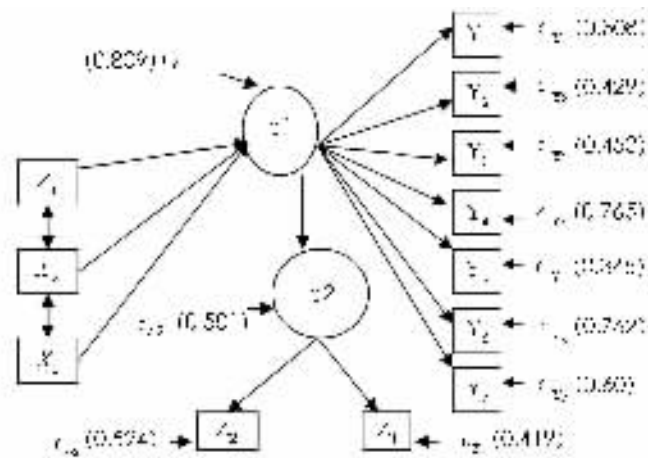
同时,本研究假设运动员自信心对特质自信心存在显著的直接影响作用,结果显示,显著水平达到0.674,并不显著,但在对特质运动应对自信和特质任务自信的作用性分析中,特质运动应对自信心达到显著水平($p=0.033<0.05$),而对特质任务自信心的作用并不显著。因此,可知该类项目运动员自信心来源对特质自信心总的的作用并不明显,而只是对特质运动应对自信心有显著性作用,这一结论说明,我国该类项目运动员自信心来源更趋向与对应对策略的影响,也就是说,运动员自信心来源各维度的形成,将有助于短跑运动员应对策略水平的提高。

3 结 语

(1)在对运动员自信心问卷及特质自信心问卷进行信、效度检验的基础上,初步确立该量表的七个维度的实效性,即,技术知觉、生理准备、教练领导、自我呈现、替代经验、过去经验、社会支持,该量表基本能够满足统计要求。同时,笔者对特质自信心量表进行了因子分析,最终确立了两个分量表,即特质运动应对自信心和特质运动任务自信心。从最后的信、效度分析来看,克隆巴赫系数基本达到统计要求。

(2)我国优秀短跑运动员不同属性之间虽然在得分上存在一定的差距和不平衡现象,并存在显著性差异,不同性别、不同等级运动员之间的差异现象并不明显,在不同水平的比较中,仅教练领导和社会支持这两项上接近显著性水平,在不同性别的比较中,发现女运动员更注重教练领导、社会支持等外在的控制性因素,这比较符合 Anshel(1990)提出的女性比男性更倾向于外控的研究,但两者之间的显著性差异并不存在。

同时在对不同属性短跑运动员自信心来源的影响性分析中(图1),直接作用的程度依次为运动水平、训练年限、年龄,但直接作用并不显著,存在比较显著的间接作用,通过自信心来源这一间接变量的作用性分析来看,对自信心来源的七个维度中,普遍存在显著性作用,并且对特质自信心中的特质应对自信心



X_1, X_2, X_3 分别为运动员年龄、训练年限和运动水平;
 η_1 运动员自信心来源; η_2 特质运动自信心; Y_1, Y_2, \dots, Y_7 分别为
 技术知觉、自我呈现、教练领导、生理准备、过去经验、社会支持、
 替代经验; Z_1, Z_2 为特质运动应对自信心和特质运动任务自信心。

图1 运动员自信心来源结构方程模型

存在显著的间接性作用。

(3)本研究的短跑运动员主要是国家一线队员,水平均比较高,通过省队教练发放调查问卷,在调查中样本量显得有些不足,从而使该类项目运动员自信心来源特征及特质自信心等方面的研究有待于进一步的深入,尤其是运动自信心与运动水平的关系性研究,需要在后续的研究中进一步加以验证和分析,才能更加贴近实际的了解我国短跑运动员在运动自信心形成及特征等方面的情况,从而比较有针对性地对我国短跑运动员进行心理技能等方面的训练与监控,提高其运动水平。

参考文献:

- [1] BANDURA A. Self-Efficacy: Toward a Unifying Theory of Behavioral Change [J]. *Psychological Review*, 1997, 84(5): 191 - 215.
- [2] 张力为,毛志雄. 运动心理学 [M]. 上海:华东师范大学出版社,2003:12.
- [3] Whitney B J. Confidence and the Elite Athlete: A Qualitative Investigation [D]. The School of Sport and Health in University of Tennessee, 2000.
- [4] 郭香云. 团队文化与运动员特征对运动自信心来源的影响 [D]. 台北:国立体育学院运动科学研究所,2003.
- [5] 黄崇儒. 运动员自信心的来源 [J]. *中华体育秀刊*, 1999, 13(3): 60 - 66.
- [6] Vealey R S. Conceptualization of Sport Confidence and Competitive Orientation [J]. *Journal of Sport Psychology*, 1986, 53(8): 221 - 246.
- [7] 沈龙科. 中国运动员运动自信结构模型的实证研究 [D]. 北京:北京体育大学运动心理系,2004.
- [8] Anshel. Effects of Different Intensities of Fatigue on Performing a Sport Skill Requiring Explorive Muscular Effort-A Test of the Specificity of Practice Principle [J]. *Perceptual and Motor Skills*, 1990, 69(3): 1379 - 1389.

The Confidence Origin Characteristic and Structural Analysis of Sprinter

FAN An-hui, DONG De-long

School of Physical Education, Southwest University, Chongqing 400715, China

Abstract: By the methods of literature material, questionnaire survey, mathematical statistic, this article investigated and analyzed the self-confidence origin of sprinter and the trait self-confidence, the result indicated that the different attribute high level athletes of sprinter have not the remarkable difference, the athlete self-confidence have the remarkable influence to the special personality movement processing. meanwhile, the authors analyzed the movement level influence on seven dimensions and researched the formation mechanism of self-confidence and the relations in order to provide the effective theory reference and the basis for high level sprinter training.

Key words: sprinter; trait self-confidence; the confidence origin; discriminate analysis

责任编辑 胡 杨