

澳門優秀運動員運動動機及退出意圖之研究

摘要

動機作為心理學中一個重要研究項目，是目前心理學家關注的課題之一，在澳門，針對澳門運動員運動動機的研究仍極為缺乏。本研究以探討澳門優秀運動員自主性、勝任感、運動動機、及退出意圖之間的相關關係、以及它們相互之間的預測情形為目的，以 278 名澳門優秀運動員為對象作出了調查，結果發現：（一）澳門運動員有相對較低的自主性、內在動機、內在調節、外在調節、認同調節和無動機，但有較高的勝任感及退出意圖。（二）自主性及運動外在動機之認同調節存在顯著的性別差異；中學生自主性得分高於大學生，中學生及非學生參加訓練的內在動機明顯高於大學生；週訓練時數超過 12 小時的運動員退出意圖顯著高於週訓練時數在 6.1 - 12 小時的運動員。（三）自主性和勝任感與內在動機呈正相關，與無動機呈負相關。（四）澳門運動員的訓練年限與運動訓練退出意圖存在正向關係；自主性與運動訓練退出意圖存在負向關係。（五）澳門優秀運動員的運動訓練退出意圖與內在動機成負相關，與無動機、外在調節和認同調節存在正向關係。（六）當背景因素、自主性、勝任感及運動訓練動機共同對運動訓練退出意圖作預測的時候，能較有效地預測運動員的退出意圖，其中以無動機的預測力最高。

關鍵詞：澳門優秀運動員、運動動機、退出意圖、自主性、勝任感