

青少年網球選手的父母涉入行為與表現焦慮和樂趣之關係

莊雅婷 莊季諶*

中國文化大學體育學系

*通訊作者：莊季諶
通訊地址：111 臺北市士林區華岡路 55 號
E-mail: betty.1001100152@gmail.com
DOI:10.6167/JSR.202512_34(2).0001
投稿日期：2024 年 10 月 接受日期：2025 年 4 月

摘要

父母參與孩童運動可能帶來正面或負面效果，過多的父母壓力很可能會降低孩童參與競技運動的樂趣和滿意度，在青少年運動中瞭解父母涉入競技運動的程度和所導致的結果是值得關注的。本研究目的為探討父母涉入行為與青少年網球選手表現焦慮和樂趣之關係，共招募到國中和高中網球選手 120 名 (平均年齡 15.58 歲；男 78 人，女 42 人)，球齡達 5 年以上，同時也邀請其父母為參與者 (平均年齡 47.49 歲；父 48 人，母 72 人)。以問卷調查收集資料，球員必須填寫競技運動父母涉入、運動焦慮、運動樂趣等量表，而父母僅需要自評其涉入運動行為。所得資料以描述性統計和多元迴歸分析處理。本研究結果顯示，青少年球員感知父母涉入行為與父母自評之涉入行為呈正相關，然而兩者均無法預測球員的表現焦慮。結果顯示運動員的表現焦慮主要來自於個人或教練等相關，與父母涉入行為無關。再者，球員知覺的父母場邊行為能夠正向預測運動樂趣；球員知覺的負向管教行為則會減損運動樂趣。簡言之，父母的支持能夠增加運動員在競技運動中的樂趣體驗。

關鍵詞：父母期望、內在動機、競賽焦慮、競技運動參與

壹、緒論

參與身體活動或競技運動可以被視為一個個體社會化的過程，其中家庭成員是重要的榜樣。父母會參與孩童的運動已經變得越來越普遍，從最初的課後活動到正式的專項運動訓練，參與的方式也會隨著對 12 歲以下的孩童興趣的增長而逐漸演變。此外，大多數研究都認為父母越能瞭解參與運動的挑戰和複雜性，同時，有助於培養孩童正向的心理社會發展。例如：研究發現父母參與身體活動的過程中，其孩子也會參與，這樣的家庭參與運動的文化與孩童會投入有計畫的體育活動之間存在著密切關係 (Harwood & Knight, 2015)。初期的父母參與主要是為了促進孩童的身體健康，但隨著時間推移，父母會尋求更多的專業訓練，紛紛將自己的孩子送入競技訓練環境中，除了鍛鍊孩童的身體素質及促進他們的健康之外，也希望透過嚴格的競技訓練讓孩子體驗到努力方能獲得豐收的經驗，學習最佳的生活態度及精神 (王亭文等, 2017)。Keegan et al. (2009) 與 Dorsch et al. (2017) 以實驗研究法檢驗父母涉入行為對孩童的影響，結果發現有受過「競技運動員父母教育計畫」的家長，所展現出的參與行為對親子關係與孩童競技運動參與有正向影響。由此可知，父母的涉入方式、程度或型態對孩子參與競技運動有所影響，且父母對運動的態度、價值觀及行為亦會影響孩童運動參與的選擇與動機 (王亭文等, 2016; Keegan et al., 2010)。但是父母的涉入行為對孩童的運動發展既有正向影響，也有負向影響。父母在孩童運動情境中的參與行為，對孩童運動動機、運動

樂趣、自信心、自我效能、壓力、焦慮以及未來是否持續參與運動有直接影響 (Chan et al., 2012)。這些影響力也會一直延續影響到 12-18 歲時期的青少年，所以參與競技運動的經驗是個人成長和發展很重要的一部分 (Strandbu et al., 2019, 2020)。

父母的參與對年輕運動員帶來一些正向的影響，例如：運動員精神、生活態度、社會互動與身體健康等 (Holt et al., 2011)。父母在孩童運動情境中的參與，不僅影響孩童的運動動機與樂趣，也與他們的自信心、自我效能及未來是否持續參與運動密切相關 (Chan et al., 2012)。父母的支持與讚美能提升孩童的自信心，使他們從運動中獲得更多樂趣。當父母具備技術知識時，他們的指導可幫助孩童提高技術水平；積極參與運動決策的父母則讓孩童感受到更多關懷，進一步增強運動投入。然而，負向影響也不可忽視，當父母投入其子女競技運動參與時，可能因過去個人背景或環境因素產生涉入動機，進而產生涉入行為，通常過多的涉入行為會對其子女有較多負面的影響 (Giannitsopoulou et al., 2010; Holt et al., 2008)，越是知覺到父母涉入而感到較高壓力的孩童可能會有較高的焦慮、對環境詮釋為威脅，產生較多的不滿等負面情緒，進而影響自身的運動樂趣及運動表現。事實上，在球員們感知到來自父母的更多壓力中，如責罵或體罰，可能對孩童的心理健康造成不良影響，損害孩童的自尊心，發現與動機的正相關，與享受的負相關性相關 (Bonavolontà et al., 2021)。

根據 Anderson et al. (2003) 的研究，

兒童對父母的支持與壓力的感受會影響他們參與活動時的情緒體驗。研究結果顯示，父母的支持與壓力在優化兒童的課外活動參與中扮演重要角色。本研究提供了一些建議，幫助父母調整參與方式，以促進孩子在課外活動中的正向體驗，同時避免過度干預帶來的負面影響。此外，父母應以鼓勵和陪伴為主，避免過度干預或控制，讓孩童感受到更多的自由和自主，這樣有助於提升他們的內在動機和運動樂趣。因此，調整父母參與競技運動的方式是重要的。父母需要深入瞭解孩童在運動中的真正需求，而不是僅僅依據自己的期望來指導。這要求父母具備同理心和觀察力，以便更好地支持孩童。目前已經有一些研究在關注孩童競技運動中的父母參與，而大多是集中於一般的休閒性運動參與，對於競技運動的探討仍然有待充實。特別是除了從年輕運動員的角度來評估父母在競技運動的參與行為外，也可以從父母的角度來自評其參與自己子女競技運動的程度，可以更加瞭解父母涉入行為與子女反應之間的關係。根據 Eccles (1983) 的期望—價值理論，個體的行為與動機受到兩個主要因素的影響：對活動成功的預期、對活動賦予的價值。當父母對子女的競技運動抱有高度期望或認為運動有正向影響時，其參與程度會提高，但是這些父母涉入行為會如何影響孩童的運動表現和心理健康，需要加以釐清，才能有助於制定更有效的支持策略，並減少父母的涉入行為對年輕運動員所造成的負面影響。總之，父母在孩童運動中的參與對其運動發展具有深遠影響，理解和調整父母的參與行為，能夠

更正向支持孩童的運動經驗，促進他們的全身健康和幸福感。

本研究目的是探討運動員知覺與父母自評的涉入行為與青少年網球選手表現焦慮和樂趣之間的關係，基於上述研究發現，本研究假設如下：一、運動員知覺較多父母自評較多的負向涉入行為時，運動員的表現焦慮會較高；運動員知覺較多父母自評較多的正向涉入行為時，運動員的表現焦慮會較低。二、運動員知覺較多父母自評較多的負向涉入行為時，運動員的樂趣會較低；運動員知覺較多父母自評較多的正向涉入行為時，運動員的樂趣會較高。

貳、方法

一、研究對象

本研究以北部區域且有網球專長的國中和高中選手為招募對象，主要是便利性取樣，有熟識的且願意配合本研究的教練協同招募。所招募的選手有持續性參與競技運動賽事，並邀請其父母參與本研究的問卷填寫。最後共有 120 位青少年選手（平均年齡 15.58 ± 1.57 歲；男 78 人，女 42 人）與其一位父母（平均年齡 47.49 ± 4.77 歲；父 48 人，母 72 人）為參與者，這些球員的球齡至少 5 年以上，每週訓練 5.6 天，每天 3.2 個小時。

二、研究工具

（一）競技運動父母涉入—運動員知覺

使用王亭文與劉佳哲 (2023) 競技運動情境的父母涉入量表，包括：負向管教、

場邊行為、後勤支持、指導行為 4 個分量表，共 16 個題項。負向管教例題：「當我表現不好的時候，我的父母會處罰我」；場邊行為例題：「在練習或比賽的時候，我的父母會在旁邊看我」；後勤支持例題：「我的父母會花錢讓我參加訓練」；指導行為例題：「在練習或比賽的時候，我的父母會在場邊指導我」。所有題項填答方式均為李克特 (Likert) 四點量表，1「從來沒有」、2「偶爾」、3「經常」、4「總是」。此量表剛被發展出來，因此需要更多研究來驗證其效度，本研究針對此量表進行驗證性因素分析，結果為 $\chi^2 = 236.44$ 、 $df = 98$ 、RMSEA (root-mean-square error of approximation) = .10、SRMR (standardized root-mean-square residual) = .09、CFI (comparative fit index) = .91、GFI (goodness of fit index) = .85、NFI (normed fit index) = .86，因素負荷量介於 .30-.75 之間，因素效度並不理想，特別是後勤支持分量表的 3 個題目之因素負荷量較低。接著刪除後勤支持分量表後，驗證性因素分析結果為 $\chi^2 = 135.15$ 、 $df = 62$ 、RMSEA = .10、SRMR = .08、CFI = .94、GFI = .90、NFI = .90，因素負荷量介於 .61-.95 之間，因素效度有適度提升。內部一致性 Cronbach's α 係數分別為負向管教 .90、場邊行為 .78、指導行為 .82，內部一致性信度良好。

(二) 競技運動父母涉入—父母自評

同樣是使用王亭文與劉佳哲 (2023) 競技運動情境的父母涉入量表，為了適用父母親的填答用語，修改一些原來的語句。

負向管教例題：「當孩子表現不好的時候，我會處罰他們」；場邊行為例題：「在練習或比賽的時候，我會在旁邊看著孩子」；後勤支持例題：「我會花錢讓孩子去參加訓練」；指導行為例題：「在練習或比賽的時候，我會在場邊指導一下孩子」。本研究針對此量表進行驗證性因素分析，結果為 $\chi^2 = 258.35$ 、 $df = 98$ 、RMSEA = .12、SRMR = .11、CFI = .86、GFI = .83、NFI = .82，因素負荷量介於 .30-.75 之間，因素效度並不理想，同樣地，後勤支持分量表的 3 個題目之因素負荷量較低。接著刪除後勤支持分量表後，驗證性因素分析結果為 $\chi^2 = 138.65$ 、 $df = 62$ 、RMSEA = .10、SRMR = .09、CFI = .92、GFI = .88、NFI = .90，因素負荷量介於 .58-.94 之間，因素效度有適度提升。內部一致性 Cronbach's α 係數為負向管教 .92、場邊行為 .77、指導行為 .80，內部一致性信度可接受。

(三) 表現焦慮

採用 Smith et al. (2006) 運動焦慮量表為測量工具，測量運動員一般在比賽中會經驗到與表現有關的焦慮，分為 3 個分量表：身體焦慮、擔憂、專注干擾。身體焦慮是測量有關肌肉和胃部的自主性激發水準，例題：「我感覺我的身體很緊張」；擔憂是指擔心表現不好或負向的結果，例題：「我擔心我會打得很差」；專注干擾是測量聚焦在工作相關線索的困難，例題：「我無法在比賽中清楚的思考」。共 15 個題項，填答方式為李克特四點量尺，1「一點也沒有」、2「一點點」、3「有一些」、4「很多」。

本研究樣本的 Cronbach's α 係數為身體焦慮 .88、擔憂 .87、專注干擾 .82，內部一致性信度良好。

(四) 運動樂趣

使用 Raedeke & Smith (2001) 評估球員正向情感反應的測量工具，以打網球的 3 個問題，例如「我在練習網球時，會感受到樂趣」、「我很喜歡打網球」、「我在練習網球時，覺得很享受」。填答方式為李克特五點量尺，答方式包括從 1「完全沒有」到 5「非常如此」。本研究樣本的 Cronbach's α 值為 .88，內部一致性信度良好。

三、研究流程

本研究以臺北市、新北市地區國中、高中網球選手及其父母為招募對象。先向教練說明研究目的和測驗內容，經其同意後即安排與選手進行招募，地點為學校的運動代表隊練習場地，於各隊練習時間前或後向運動員說明研究目的，經其同意後發放問卷作答。施測完畢後發放競技運動父母涉入量表（父母版），請選手回家邀請父母填答，隔日再交回。施測過程特別強調這份問卷填答時答案沒有是非對錯，依自身的狀況與感受填答即可。所填資料僅供研究之用，保證絕對不會讓別人看到所填寫的任何資料，會維護個人資料的機密性，同時也會給予參與者充分的填答時間，整份量表的施測時間大約 10 分鐘。

四、資料分析

問卷回收後，刪除無效問卷，以 SPSS for Windows 22 套裝軟體進行統計分析，驗證各項假設。以描述性統計處理各個變項的平均數及標準差，並描述其常態分配情形。接著以皮爾森積差相關探討所有變項之間的關係，再以多元同時迴歸分析探討選手知覺的父母涉入行為、父母自評的父母涉入行為對青少年網球選手表現焦慮和樂趣的預測情形，統計分析顯著水準為 $\alpha = .05$ 。

參、結果

一、各個變項的基本描述統計

本研究各個變項的平均數、標準差、最小值、最大值、偏態與峰度值如表 1 所示，選手知覺父母涉入行為、父母自評涉入行為、表現焦慮與運動樂趣之常態分布檢驗情形部分，其偏態與峰度值皆適度符合推論統計的常態分配要求。積差相關檢驗發現（如表 2），選手知覺的父母涉入行為與父母自評的涉入行為之間發現呈顯著低度至中度的正相關 ($r = .31-.66, p < .01$)，表示父母涉入行為的測量上，選手的知覺與父母自評之間具有一致性上的差異，在場邊行為的評量一致性較高，而負向管教和指導行為的一致性則較低。另外，無論是選手知覺父母涉入行為、父母自評涉入行為與運動員的表現焦慮之間並未發現顯著相關 ($p > .05$)；選手知覺父母場邊行為、指導行為與運動樂趣之間有顯著呈現低度的正相關 ($r = .18-.34, p < .05$)。

表 1

父母涉入行為、表現焦慮與運動樂趣之描述性統計

| 變項 | 平均數 | 標準差 | 偏態 | 峰度 |
|--------|------|-----|-------|-------|
| S 場邊行為 | 1.50 | .61 | 1.26 | 1.55 |
| S 負向管教 | 1.90 | .76 | 1.07 | 0.89 |
| S 指導行為 | 2.20 | .77 | 0.23 | -0.25 |
| P 場邊行為 | 1.34 | .43 | 1.07 | -0.07 |
| P 負向管教 | 1.85 | .60 | 0.57 | 0.09 |
| P 指導行為 | 2.38 | .81 | 0.03 | -0.49 |
| 身體焦慮 | 1.90 | .62 | 0.80 | 0.66 |
| 擔憂 | 2.44 | .76 | 0.40 | -0.65 |
| 專注干擾 | 1.83 | .53 | 0.28 | -0.20 |
| 樂趣 | 3.24 | .62 | -0.39 | -0.57 |

註：S：選手知覺；P：父母自評。

表 2

所有研究變項之積差相關分析表

| 變項 | A1 | A2 | A3 | B1 | B2 | B3 | C1 | C2 | C3 |
|-------------|-------|-------|-------|-------|-------|------|-------|-------|-------|
| S 場邊行為 (A1) | — | | | | | | | | |
| S 負向管教 (A2) | .57** | — | | | | | | | |
| S 指導行為 (A3) | .58** | .61** | — | | | | | | |
| P 場邊行為 (B1) | .46** | .29** | .31** | — | | | | | |
| P 負向管教 (B2) | .24** | .31** | .26** | .46** | — | | | | |
| P 指導行為 (B3) | .27** | .20* | .38** | .54** | .45** | — | | | |
| 身體焦慮 (C1) | -.13 | -.17 | -.13 | -.03 | -.16 | -.02 | — | | |
| 擔憂 (C2) | -.07 | .09 | .09 | -.08 | -.04 | .03 | .63** | — | |
| 專注干擾 (C3) | -.05 | -.11 | -.16 | -.02 | -.14 | -.08 | .70** | .54** | — |
| 樂趣 (D1) | .21* | .05 | .21* | .17 | .10 | .07 | -.20* | -.15 | -.19* |

註：S：選手知覺；P：父母自評。

* $p < .05$, ** $p < .01$

二、父母涉入行為對表現焦慮、樂趣的預測

如表 3 所示，以多元同時迴歸分析選手知覺父母涉入行為、父母自評涉入行為分別對表現焦慮和樂趣的預測情形，各個預測變項的變異數膨脹因素 (variance inflation

factor, VIF) 值範圍為 1.55–3.45，小於 10 之門檻，顯示各別預測變項之間並無共線性的問題存在。在身體焦慮部分，選手知覺父母涉入行為、父母自評涉入行為僅可以預測 6% 的解釋變異量，並未達到顯著水準， $F_{(6,113)} = 1.07$ ， $p > .05$ 。在擔憂和專注

表 3
父母涉入行為對表現焦慮和樂趣的預測

| 自變項 | 身體焦慮 | | 擔憂 | | 專注干擾 | | 樂趣 | |
|--------|----------|---------|----------|---------|----------|---------|----------|---------|
| | <i>B</i> | β | <i>B</i> | β | <i>B</i> | β | <i>B</i> | β |
| S 場邊行為 | -.06 | -.08 | -.18 | -.19 | .04 | .05 | .13 | .16 |
| S 負向管教 | -.10 | -.09 | .19 | .15 | -.01 | -.02 | -.25 | -.24* |
| S 指導行為 | -.04 | -.04 | .15 | .11 | -.15 | -.16 | .27 | .25* |
| P 場邊行為 | .10 | .09 | -.10 | -.08 | .07 | .08 | .12 | .11 |
| P 負向管教 | -.24 | -.17 | -.13 | -.07 | -.17 | -.14 | .11 | .07 |
| P 指導行為 | .07 | .06 | .13 | .08 | -.01 | -.01 | -.16 | -.12 |

註：S：選手知覺；P：父母自評；*B*：原始迴歸係數； β ：標準化迴歸係數。
* $p < .05$

干擾部分，知覺父母涉入行為、父母自評涉入行為也沒有達到顯著的預測力， $F_{(6,113)} = 0.92, 0.85, p > .05$ 。

在樂趣部分，選手知覺父母涉入行為、父母自評涉入行為總共可以預測樂趣 10% 的解釋變異量， $F_{(6,113)} = 2.04, p < .01$ 。進一步檢視各個變項的預測力顯著性，顯示選手知覺父母場邊行為能夠正向預測樂趣 ($t = 1.98, p < .05$)；而負向管教行為則負向預測樂趣 ($t = -1.96, p < .05$)。

肆、討論

本研究目的為探討父母涉入行為與青少年網球選手表現焦慮和樂趣之關係，經過分析後發現選手知覺父母涉入行為、父母自評涉入行為並無法有效預測表現焦慮，此結果不符合研究假設一，運動員知覺較多父母自評較多的負向涉入行為時，運動員的表現焦慮會較高，運動員知覺較多父母自評較多的正向涉入行為時，運動員的表現焦慮會較低。而父母的場邊指導

行為與運動樂趣有關，此結果符合研究假設二，運動員知覺較多父母自評較多的負向涉入行為時，運動員的樂趣會較低，運動員知覺較多父母自評較多的正向涉入行為時，運動員的樂趣會較高。本研究發現無論是運動員知覺或是父母自評的涉入行為都無法預測運動員的表現焦慮，而運動員知覺的父母場邊行為能正向預測樂趣，負向管教則降低運動樂趣，由此可見父母在比賽的場邊支持行為與減少負向管教行為能夠增加其樂趣。

本研究發現選手知覺父母涉入行為、父母自評涉入行為並無法有效預測表現焦慮，這與研究假設不符。王亭文與劉佳哲 (2020) 指出外部系統可能影響到年輕運動員的發展，其中父母涉入行為與孩童的運動經驗有明顯的關聯。孩童運動員在參與競技運動時常感受到各種負面情緒，當父母對孩子的競技運動表現抱有過高期待並過多干涉時，孩子通常會感受到更多負面情緒，包括壓力、恐懼、煩躁、疲憊、沮喪以及不快樂。先前研究也顯示，年輕

運動員感受到壓力和倦怠等負面情緒，可能與父母的過度介入行為有關 (Rodis, 2013)。當孩子感受到父母的壓力，並且察覺到父母對其運動參與度高，投入了大量的時間、金錢和精力，而自己又認為無法達到父母的期望時，就會經歷高度的狀態焦慮 (Scanlan et al., 1986)。因此，過去的研究都認為父母應避免過度涉入，只需提供孩子必要的支持即可。在探討競技運動員的壓力來源時也發現，年輕運動員會因為父母、教練或其他重要他人的介入而感到有壓力 (林子文等, 2017)。

本研究參與者所知覺的父母涉入行為與父母自評的涉入行為都在中等程度，可以推論大部分的青少年網球選手並沒有知覺到太高的父母涉入行為，這與國內的訓練環境有關，因為本研究的參與者都是在學校接受專業教練的訓練，比較不需要父母的太多涉入行為，而與運動焦慮無顯著相關。黃俊發與何國龍 (2012) 就提到青少年網球選手在國、高中後期會面臨到較大的學業壓力，排名成績優秀的選手大都會選擇以運動表現為優先，比較少參與學校的學習活動，都在校外請專業教練訓練，可能需要家庭付出較多的經濟支持；排名成績一般和較差的選手比較會參與學校活動或選擇在校隊中訓練。這凸顯了國內的青少年網球訓練生態，留在學校接受訓練的選手，父母需要給予支援的程度可能是較少的。而青少年運動員的運動焦慮與父母行為較無關聯，也可能是源自與運動表現有關的因素，例如：自我期待、教練期望、能力知覺。過去研究就發現

運動倦怠 (Gustafsson et al., 2017; Kent et al., 2018)、焦慮 (Ong & Chua, 2021; Woodman & Hardy, 2003)、目標導向 (Roberts, 2001)、運動傷害風險 (Cagle et al., 2017; Ford et al., 2017)，甚至於比賽的最終結果 (Craft et al., 2003) 等都與運動員的焦慮有關。除了父母的涉入行為外，這些因素對運動焦慮的影響是不可忽視的。

父母的場邊指導行為與運動樂趣有關，這支持本研究的假設。年輕運動員在參與競技運動的過程，社會支持扮演著重要角色，這些支持主要來自於日常生活中與他們互動密切的人，例如：父母、同儕、師長的社會支持會影響運動員的運動動機 (張志銘等, 2013)。特別在孩童和青少年階段，正是需要家人給予支持的時期，這段時期家人的支持能夠對他們的情感和心理健康產生重要的影響 (Bokhorst et al., 2010)。曾沈連魁與夏揮凱 (2017) 也提到，老師、教練、同儕、父母的正向支持與年輕運動員的成就感和自信心有關，這些社會支持對於年輕運動員的表現和心理發展至關重要。一些研究指出，當父母到場為年輕運動員拍照和加油時，可以滿足孩童的心理需求，進而增強運動動機，因此父母的正向支持行為會影響到其子女的規律運動、身體活動及運動參與的行為 (Beets et al., 2007)。研究也顯示，當孩子感受到父母的社會支持時，往往能展現出更優異的運動表現 (王亭文、盧俊宏, 2014)。然而，父母的參與應該以支持的方式進行，而不是過度干涉，才能維持良好的親子關係。賴雅馨 (2006) 負向管教行為則是會減

少運動樂趣，父母給予負向的評價會降低孩童的運動動機與享受樂趣，因此父母應該對子女的運動參與多給予正向的評價。目前探討父母涉入與孩童運動樂趣的研究並不多 (Anderson et al., 2003; Ede et al., 2012; Rodis, 2013; Sánchez-miguel et al., 2013)。然而，過去研究都一致的指出，運動樂趣是促進與維持孩童運動參與的重要因素 (Scanlan & Simons, 1992; Weiss, et al., 2001)。Woolger and Power (1993) 的研究指出，父母與教練是影響孩童運動樂趣的關鍵角色，父母的支持行為與孩童運動樂趣有直接關係。另外，父母涉入不僅會影響孩童運動參與樂趣，對於孩童運動參與的持續性也有很大的影響，有研究指出父母展現出適當的支持與鼓勵行為，可以提升孩童運動樂趣及維持孩童運動參與的持續性 (Fraser-Thomas & Côté, 2009)。另一方面，當孩童知覺到父母涉入的壓力也會降低運動樂趣，Anderson et al. (2003) 也指出當孩童知覺到父母涉入所造成的壓力時，孩童在運動參與上的樂趣會明顯的下降；但是當父母提供適當的支持行為，孩童在運動參與上的樂趣也會提升。

本研究有些限制存在，其一是樣本招募，在人力與時間上的因素考量，僅限於北部區域且有網球專長的國中和高中選手為招募對象，主要是便利性取樣，此限制可能影響研究結果的普遍性，在不同地區的訓練環境與資源可能有所差異，導致研究結論難以適用於其他區域或年齡層。此外，便利性取樣可能帶來偏誤，使結果較難代表整體選手族群。有熟識且願意配合

本研究的教練協同招募，結果可能會有推論上的限制。其二是在網球運動領域中的確有些選手的家長會身兼教練的角色，這是一個比較特別且有可能影響的變項，有可能會影響到選手的焦慮和樂趣，但這些資料中並沒有被收集，因此有一些疑問無法釐清。其三是後勤支持的分量表因素效度不佳，在本研究中被刪除沒有列入分析，可能的原因是如同黃俊發與何國龍 (2012) 提到的國內青少年網球訓練生態，留在學校訓練的選手對於父母花錢和支援比賽的交通議題可能有一些感受上的落差，使得此分量表的效度較差，這有待後續研究再釐清。

本研究發現無論是運動員知覺或是父母自評的涉入行為都無法預測運動員的表現焦慮，青少年網球選手的表現焦慮可能受到其他運動表現因素的影響。而運動員知覺的父母場邊行為能正向預測樂趣，負向管教則降低運動樂趣，由此可見父母在比賽的場邊支持行為與減少負向管教行為能夠增加其樂趣。因此，父母的支持行為與青少年運動員的正向情意發展有著重要的關聯。根據以上，在實際應用上，父母在參與年輕運動員的競技運動時，應要謹慎瞭解其訓練情況以選擇適當的方式來協助。才能提升訓練成效和親子關係。而過於嚴厲的管教行為會減損樂趣，如何在其犯錯或表現不佳時提供有效的回饋訊息，還保有良好的互動關係，建立與子女之間的信任感，是父母必須要留意的重要議題。因為本研究是以個人運動項目為對象，未來研究可以再將範圍擴及其他團隊運動項

目，可以更加瞭解父母涉入行為與青少年運動員心理發展之間的關係。

參考文獻

1. 王亭文、李加耀、盧俊宏 (2016)。少年球王的康莊大道：訓練、父母涉入與家庭之議題。《體育學報》，49(4)，483–495。
<https://doi.org/10.3966/102472972016124904008>
[Wang, T.-W., Lee, C.-Y., & Lu, J.-H. (2016). The road to king of junior tennis: Issues related to parental involvement, training, and family issue. *Physical Education Journal*, 49(4), 483–495. <https://doi.org/10.3966/102472972016124904008>]
2. 王亭文、唐慧媛、王文宜 (2017)。孩子，讓我幫你！談競技運動中的父母涉入議題。《中華體育季刊》，31(2)，161–169。
<https://doi.org/10.3966/102473002017063102008>
[Wang, T.-W., Tang, H.-Y., & Wang, W.-Y. (2017). Let me help you, my child: Parental involvement issues in competitive sports. *Quarterly of Chinese Physical Education*, 31(2), 161–169. <https://doi.org/10.3966/102473002017063102008>]
3. 王亭文、劉佳哲。(2020)。以生態系統理論分析臺灣競技運動情境中的父母涉入。《大專體育學刊》，22(2)，128–142。
[https://doi.org/10.5297/ser.202006_22\(2\).0003](https://doi.org/10.5297/ser.202006_22(2).0003)
[Wang, T.-W., & Liu, C.-C. (2020). Analysis of parental involvement in competitive sport settings in Taiwan based on ecological systems theory. *Sports & Exercise Research*, 22(2), 128–142. [https://doi.org/10.5297/ser.202006_22\(2\).0003](https://doi.org/10.5297/ser.202006_22(2).0003)]
4. 王亭文、劉佳哲 (2023)。臺灣競技運動情境知覺父母涉入量表初步發展與驗證。《大專體育學刊》，25(2)，167–182。
[https://doi.org/10.5297/ser.202306_25\(2\).0004](https://doi.org/10.5297/ser.202306_25(2).0004)
[Wang, T.-W., & Liu, C.-C. (2023). Preliminary development and validation of perceived parental involvement in Taiwan competitive sport settings scale. *Sports & Exercise Research*, 25(2), 167–182. [https://doi.org/10.5297/ser.202306_25\(2\).0004](https://doi.org/10.5297/ser.202306_25(2).0004)]
5. 王亭文、盧俊宏 (2014)。探討競技運動中父母兼任教練之雙重角色關係。《中華體育季刊》，28(3)，219–226。
<https://doi.org/10.6223/qcpe.2803.201409.1006>
[Wang, T.-W., & Lu, J.-H. (2014). Exploring of the double roles of parent coach in competitive sports. *Quarterly of Chinese Physical Education*, 28(3), 219–226. <https://doi.org/10.6223/qcpe.2803.201409.1006>]
6. 林子文、邱逸翔、楊瑞珠、程瑞福 (2017)。競技運動情境中運動員的社會壓力來源與影響。《大專體育學刊》，19(4)，316–328。
<https://doi.org/10.5297/ser.1904.002>
[Lin, T.-W., Chiu, Y.-H., Yang, J.-C., & Chen, J.-F. (2017). Sources of social pressure and its influences on athletes in competitive situations. *Sports & Exercise Research*, 19(4), 316–328. <https://doi.org/10.5297/ser.1904.002>]
7. 張志銘、黃芬蘭、賴永僚、詹正豐 (2013)。南投縣民眾從事軟式網球運動參與動機、社會支持與運動樂趣之關係。《運動與遊憩研究》，8(2)，161–177。
[https://doi.org/10.29423/JSRR.201312_8\(2\).0009](https://doi.org/10.29423/JSRR.201312_8(2).0009)
[Chang, C.-M., Huang, F.-L., Lai, Y.-L., & Jan, C.-F. (2013). A study on soft tennis

- participational motivation, social support and pleasure of Nan-Tou county residents. *Journal of Sport and Recreation Research*, 8(2), 161–177. [https://doi.org/10.29423/JSRR.201312_8\(2\).0009](https://doi.org/10.29423/JSRR.201312_8(2).0009)
8. 曾沈連魁、夏揮凱 (2017)。臺灣頂尖撞球選手優秀運動表現之影響因素。臺灣運動教育學報, 12(1), 1–16。 [https://doi.org/10.6580/JTSP.2017.12\(1\).01](https://doi.org/10.6580/JTSP.2017.12(1).01)
[Tseng, S.-L.-K., & Hsia, H.-K. (2017). Factors that influence top billiard players' excellent performances in Taiwan. *Journal of Taiwan Sport Pedagogy*, 12(1), 1–16. [https://doi.org/10.6580/JTSP.2017.12\(1\).01](https://doi.org/10.6580/JTSP.2017.12(1).01)]
 9. 黃俊發、何國龍 (2012)。臺灣網球選手培育過程之探析。大專體育, 119(5), 28–33。 <https://doi.org/10.6162/SRR.2012.119.05>
[Huang, C.-F., & Ho, K.-L. (2012). Incubation of tennis players in Taiwan. *Sports Research Review*, 119(5), 28–33. <https://doi.org/10.6162/SRR.2012.119.05>]
 10. 賴雅馨 (2006)。父母親的運動期望價值信念及行為涉入、兒童知覺父母涉入的品質與兒童的運動期望價值信念及運動參與行為 [未出版之碩士論文]。國立臺灣體育學院。
[Lai, Y.-H. (2006). *Expectancy-value beliefs and behavioral involvement of parents, children's perceived quality of parent's involvement, children's expectancy-value beliefs, and sport participation* [Unpublished master's thesis]. National Taiwan College of Physical Education.]
 11. Anderson, J. C., Funk, J. B., Elliot, R., & Smith, P. H. (2003). Parental support and pressure and children's extracurricular activities: Relationships with amount of involvement and affective experience of participation. *Applied Developmental Psychology*, 24(2), 241–257. [https://doi.org/10.1016/S0193-3973\(03\)00046-7](https://doi.org/10.1016/S0193-3973(03)00046-7)
 12. Beets, M. W., Vogel, R., Chapman, S., Pitetti, K. H., & Cardinal, B. J. (2007). Parent's social support for children's outdoor physical activity: Do weekdays and weekends matter? *Sex Roles*, 56(1–2), 125–131. <https://doi.org/10.1007/s11199-006-9154-4>
 13. Bokhorst, C. L., Sumter, S. R., & Westenberg, P. M. (2010). Social support from parents, friends, classmates, and teachers in children and adolescents aged 9 to 18 years: Who is perceived as most supportive? *Social Development*, 19(2), 417–426. <https://doi.org/10.1111/j.1467-9507.2009.00540.x>
 14. Bonavolontà, V., Cataldi, S., Latino, F., Carvutto, R., De Candia, M., Mastroilli, G., Messina, G., Patti, A., & Fischetti, F. (2021). The role of parental involvement in youth sport experience: Perceived and desired behavior by male soccer players. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18(16), Article 8698. <https://doi.org/10.3390/ijerph18168698>
 15. Cagle, J. A., Overcash, K. B., Rowe, D. P., & Needle, A. R. (2017). Trait anxiety as a risk factor for musculoskeletal injury in athletes: A critically appraised topic. *International Journal of Athletic Therapy & Training*, 22(3), 26–31. <https://doi.org/10.1123/ijatt.2016-0065>
 16. Chan, D. K., Lonsdale, C., & Fung, H. H. (2012). Influences of coaches, parents,

- and peers on the motivational patterns of child and adolescent athletes. *Scandinavian Journal of Medicine & Science in Sports*, 22(4), 558–568. <https://doi.org/10.1111/j.1600-0838.2010.01277.x>
17. Craft, L. L., Magyar, T. M., Becker, B. J., & Feltz, D. L. (2003). The relationship between the competitive state anxiety inventory-2 and sport performance: A meta-analysis. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 25(1), 44–65. <https://doi.org/10.1123/jsep.25.1.44>
18. Dorsch, T. E., King, M. Q., Dunn, C. R., Osai, K. V., & Tulane, S. (2017). The impact of evidence-based parent education in organized youth sport: A pilot study. *Journal of Applied Sport Psychology*, 29(2), 199–214. <https://doi.org/10.1080/10413200.2016.1194909>
19. Eccles, J. S. (1983). Expectancies, values, and academic behaviors. In J. T. Spence (Ed.), *Achievement and achievement motives: Psychological and sociological approaches* (pp. 75–146). W. H. Freeman.
20. Ede, S., Kamphoff, C. S., Mackey, T., & Armentrout, S. M. (2012). Youth hockey athletes' perceptions of parental involvement: They want more. *Journal of Sport Behavior*, 35(1), 3–18.
21. Ford, J. L., Ildefonso, K., Jones, M. L., & Arvinen-Barrow, M. (2017). Sport-related anxiety: Current insights. *Open Access Journal of Sports Medicine*, 8, 205–212. <https://doi.org/10.2147/OAJSM.S125845>
22. Fraser-Thomas, J., & Côté, J. (2009). Understanding adolescents' positive and negative developmental experiences in sport. *The Sport Psychologist*, 23(1), 3–23. <https://doi.org/10.1123/tsp.23.1.3>
23. Giannitsopoulou, E., Kosmidou, E., & Zisi, V. (2010). Examination of parental involvement in Greek female athletes. *Journal of Human Sport and Exercise*, 5(2), 176–187. <https://doi.org/10.4100/jhse.2010.52.07>
24. Gustafsson, H., DeFreese, J. D., & Madigan, D. J. (2017). Athlete burnout: Review and recommendations. *Current Opinion in Psychology*, 16, 109–113. <https://doi.org/10.1016/j.copsyc.2017.05.002>
25. Harwood, C. G., & Knight, C. J. (2015). Parenting in youth sport: A position paper on parenting expertise. *Psychology of Sport and Exercise*, 16(1), 24–35. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2014.03.001>
26. Holt, N. L., Kingsley, B. C., Tink, L. N., & Scherer, J. (2011). Benefits and challenges associated with sport participation by children and parents from low-income families. *Psychology of Sport and Exercise*, 12(5), 490–499. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2011.05.007>
27. Holt, N. L., Tamminen, K. A., Black, D. E., Sehn, Z. L., & Wall, M. P. (2008). Parental involvement in competitive youth sport settings. *Psychology of Sport and Exercise*, 9(5), 663–685. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2007.08.001>
28. Keegan, R. J., Harwood, C. G., Spray, C. M., & Lavalley, D. E. (2009). A qualitative investigation exploring the motivational climate in early career sports participants: Coach, parent and peer influences on sport motivation. *Psychology of Sport and Exercise*, 10(3), 361–372. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2008.12.003>

29. Keegan, R. J., Spray, C., Harwood, C., & Lavallee, D. (2010). The motivational atmosphere in youth sport: Coach, parent, and peer influences on motivation in specializing sport participants. *Journal of Applied Sport Psychology, 22*(1), 87–105. <https://doi.org/10.1080/10413200903421267>
30. Kent, S., Kingston, K., & Paradis, K. F. (2018). The relationship between passion, basic psychological needs satisfaction and athlete burnout: Examining direct and indirect effects. *Journal of Clinical Sport Psychology, 12*(1), 75–96. <https://doi.org/10.1123/jcsp.2017-0030>
31. Ong, N. C. H., & Chua, J. H. E. (2021). Effects of psychological interventions on competitive anxiety in sport: A meta-analysis. *Psychology of Sport and Exercise, 52*, Article 101836. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2020.101836>
32. Raedeke, T. D., & Smith, A. L. (2001). Development and preliminary validation of an athlete burnout measure. *Journal of Sport and Exercise Psychology, 23*(4), 281–306. <https://doi.org/10.1123/jsep.23.4.281>
33. Roberts, G. C. (2001). Understanding the dynamics of motivation in physical activity: The influence of achievement goals on motivational processes. In G. C. Roberts (Ed.), *Advances in motivation in exercise and sport* (pp. 1–50). Human Kinetics.
34. Rodis, A. G. (2013, November 26). *Swedish swimmers' perception of parental involvement*. <https://idrottsforum.org/wp-content/uploads/2013/12/rod131126.pdf>
35. Sánchez-Miguel, P. A., Leo, F. M., Sánchez-Oliva, D., Amado, D., & García-Calvo, T. (2013). The importance of parents' behavior in their children's enjoyment and amotivation in sports. *Journal of Human Kinetics, 36*(1), 169–177. <https://doi.org/10.2478/hukin-20130017>
36. Scanlan, T. K., Lewthwaite, R., & Jackson, B. L. (1986). Social psychological aspects of competition for male youth sport participants: IL predictors of performance outcomes. *Journal of Sport and Exercise Psychology, 6*(4), 422–429. <https://doi.org/10.1123/jsp.6.4.422>
37. Scanlan, T. K., & Simons, J. P. (1982). The construct of sport enjoyment. In G. C. Roberts (Ed.), *Motivation in sport and exercise* (pp. 199–215). Human Kinetics.
38. Smith, R. E., Smoll, F. L., Cumming, S. P., & Grossbard, J. R. (2006). Measurement of multidimensional sport performance anxiety in children and adults: The Sport Anxiety Scale-2. *Journal of Sport and Exercise Psychology, 28*(4), 479–501 <https://doi.org/10.1123/jsep.28.4.479>
39. Strandbu, Å., Bakken, A., & Stefansen, K. (2020). The continued importance of family sport culture for sport participation during the teenage years. *Sport, Education and Society, 25*(8), 931–945. <https://doi.org/10.1080/13573322.2019.1676221>
40. Strandbu, Å., Stefansen, K., Smette, I., & Sandvik, M. R. (2019). Young people's experiences of parental involvement in youth sport. *Sport, Education and Society, 24*(1), 66–77. <https://doi.org/10.1080/13573322.2017.1323200>
41. Weiss, M. R., Kimmel, L. A., & Smith, A. L. (2001). Determinants of sport commitment among junior tennis players: Enjoyment as a

- mediating variable. *Pediatric Exercise Science*, 13(2), 131–144. <https://doi.org/10.1123/pes.13.2.131>
42. Woodman, T., & Hardy, L. (2003). The relative impact of cognitive anxiety and self-confidence upon sport performance: A meta-analysis. *Journal of Sports Sciences*, 21(6), 443–457. <https://doi.org/10.1080/0264041031000101809>
43. Woolger, C., & Power, T. G. (1993). Parent and sport socialization: Views from the achievement literature. *Journal of Sport Behavior*, 16(3), 171–189.

Relationship Between Parental Involvement, Performance Anxiety and Enjoyment in Young Tennis Players

Ya-Ting Juang, Ji-Heng Juang*

Department of Physical Education, Chinese Culture University

*Corresponding Author: Ji-Heng Juang

Address: No. 55, Huagang Rd., Shilin Dist., Taipei City 111, Taiwan (R.O.C.)

E-mail: betty.1001100152@gmail.com

DOI:10.6167/JSR.202512_34(2).0001

Received: October, 2024 Accepted: April, 2025

Abstract

Purpose: The participation of parents in children's sports can have both positive and negative effects. Excessive parental pressure may decrease children's enjoyment and satisfaction in competitive sports. Understanding the extent of parental involvement in youth sports and its resulting outcomes is worth noting. This study aims to explore the relationship between parental involvement behaviors, performance anxiety, and enjoyment among adolescent tennis players. A total of 120 junior high and high school tennis players were recruited (mean age = 15.58 years; 78 males, 42 females), all with at least five years of playing experience. Their parents were also invited to participate (mean age = 47.49 years; 48 fathers, 72 mothers). Data were collected through questionnaires. Players completed scales assessing parental involvement in competitive sports, sport anxiety, and sport enjoyment, while parents self-reported their involvement behaviors. The data were analyzed using descriptive statistics and multiple regression analysis. The results indicate a positive correlation between the parental involvement behaviors perceived by the adolescent players and the self-reported involvement behaviors of their parents. Moreover, perceived logistical support was positively associated with increased sport enjoyment; conversely, perceived negative disciplinary behaviors diminished sport enjoyment. However, neither the perceived parental involvement behaviors of the players nor the self-reported behaviors of the parents effectively predicted performance anxiety. This finding suggests that athletes' performance anxiety primarily arises from factors directly related to themselves or their coaches, rather than parental involvement in competitive sports. Parental support can enhance athletes' enjoyment in competitive sports. Parental involvement has a significant influence on

adolescents' sports participation, and these findings may serve as a valuable reference for researchers and parents.

Keywords: parental expectations, intrinsic motivation, competition anxiety, sports participation