

運動員認同與心理堅韌性之關係：內在動機的中介效果

許自雄^{1*} 季力康^{1,2}

¹ 國立臺灣師範大學體育與運動科學系

² 國立臺灣師範大學運動與休閒學院

*通訊作者：許自雄

通訊地址：106 臺北市大安區和平東路一段 162 號

E-mail: ck23115@hotmail.com

DOI:10.6167/JSR.202112_30(2).0001

投稿日期：2019 年 5 月 接受日期：2019 年 11 月

摘 要

本研究旨在利用中介效果模式，分析運動員認同、內在動機及心理堅韌性之關聯性。以往相關研究多採用直接效果模式，本研究則採取中介效果模式，以進一步瞭解高中運動員認同是如何透過內在動機的中介途徑，而對心理堅韌性造成影響。本研究採用問卷調查法，以立意取樣，蒐集臺北地區六所高中體育班 177 名學生運動員資料（男生 142 名、女生 35 名），平均年齡 16 ± 1.5 歲。研究工具包括運動員認同量表、內在動機量表及心理堅韌性量表。以積差相關、路徑分析等統計方法進行資料分析。研究結果顯示運動員認同、內在動機及心理堅韌性三者之間有顯著相關。運動員認同能有效預測內在動機及心理堅韌性，內在動機亦可有效預測心理堅韌性。就直接效果而言，運動員認同對心理堅韌性具有正向影響；以中介效果視之，運動員認同則透過內在動機的中介作用，間接影響心理堅韌性。本研究探究高中運動員認同、內在動機及心理堅韌性的關聯性，提供學校體育教師及研究者在實務上的運用及未來研究參考。

關鍵詞：運動員認同、心理堅韌性、內在動機、迴歸分析、中介效果

壹、緒論

高中運動員的生活經歷與一般高中學生截然不同，不僅需要維持一定程度學業成績，以利未來升學；同時，也必須投入從早到晚的訓練，對於自己是否為運動員還是學生的角色認同產生疑惑，而運動員是否覺察自身是否身為一個運動員的認同程度 (Brewer, Van Raalte, & Linder, 1993)，稱之為運動員認同 (athletic identity)，如同 Bronffebrenner (1960) 所指出認同是一種透過楷模的外顯行為所表現出來的一種狀態，在這個過程中，經由動機和學習，使自己行為傾向楷模。運動員認同度高，較會全心投入運動訓練，也會較專注於運動表現 (Lamont-Mills & Christensen, 2006; Pearson & Petitpas, 1990)。運動員行為 (athletic behavior) 將會受到運動員認同之影響 (Callero, 1985)，如同 Danish (1983) 提及擁有強烈的運動員認同使其能夠接受嚴格的訓練，並減少其他活動而專注於運動訓練上，當有明確的比賽目標，運動員基於對自身的認同程度，會更願意投入時間在嚴格的運動訓練中，以提升運動競爭力 (黃崇儒、余雅婷、洪聰敏，2014)。這股對於運動員身分之認同感，也形塑其重要的心理技能，因應從事運動與追求卓越的過程中所遭遇的阻礙。在運動心理學的研究中，Jones (2002) 定義心理堅韌性 (mental toughness) 是一種自然或發展而來的心理優勢。黃崇儒 (2004) 以質量並行的認知研究探討國內運動員的心理堅韌性，並提出「心理堅韌性是運動員知覺遭受威脅時，心理上不容易被擊敗的特

性」。心理堅韌性能使運動員比競爭者擁有更好的調適能力因應運動情境中的種種情境 (Bull, Shambrook, James, & Brooks, 2005; Gucciardi, Gordon, & Dimmock, 2008; Jones, 2002; Thelwell, Weston, & Greenlees, 2005)。心理堅韌性能夠讓選手擁有較佳能力面對運動情境，例如堅持決心、專心、專注，因此當運動員面臨競賽中壓力時調適的因應上，會比對手來的更佳順遂 (Jones, 2002)。Altıntaş and Kelecek (2017) 提出運動員認同能夠預測運動員心理韌性強度，是否具備正向的身分認同深深影響其心理素質。本研究欲瞭解對於高中運動員而言，運動員認同對於其心理堅韌性的影響程度為何，是否如同 Gucciardi, Hanton, Gordon, Mallett, and Temby (2015) 及 Levy, Nicholls, and Polman (2012) 所指出，愈具有強烈的認同感，愈能有效地應對壓力，建構強大的心理堅韌性。

此外，運動動機亦是運動心理領域的重要議題。Ryan and Deci (2000) 認為個體參與活動的動機依自我決定程度的不同可分為內在動機 (intrinsic motivation)、外在動機及無動機，隨著自我決定程度的不同而有所變化，而這些變化會影響個體參與活動的行為。其中，內在動機意指在沒有任何外在酬賞下，仍對該項運動表現出興趣、樂趣和滿意。Deci (1975) 認為，一個人的內在動機主要是受個體的知覺能力 (perceive competence) 和自我決定 (self-determination) 所影響。如果個體受到內在動機刺激較多，在運動的過程中較容易感到滿足，自我控制感也較高，持續參與的時間也較長 (Deci & Ryan, 1985)。近

代運動心理學的研究多將動機視為個人、物理環境，和社會環境三者之間交互作用的結果變項或是個別差異起因（何全進，2002），運動員認同和心理堅韌性有正向的關係，高運動員認同者有較高的心理堅韌性 (Crust, 2007; Crust & Azadi, 2010; Crust & Clough, 2011)，當內在動機視為中介變項時，運動員認同是否也能間接透過內在動機的中介作用，對心理堅韌性造成影響呢？綜上所述，本研究主要目的在分析運動員認同、內在動機及心理堅韌性之關聯性，而主要研究問題探討如下：

- 一、運動員認同、內在動機及心理堅韌性三者之間的關係為何？
- 二、運動員認同能否藉由內在動機的中介作用，間接影響心理堅韌性？

貳、研究方法

一、研究架構

研究旨在探討高中運動員認同、內在動機及心理堅韌性三者之間的關係，亦即高中運動員認同，是否經由內在動機，進而影響其心理堅韌性。研究架構如圖 1 所示。

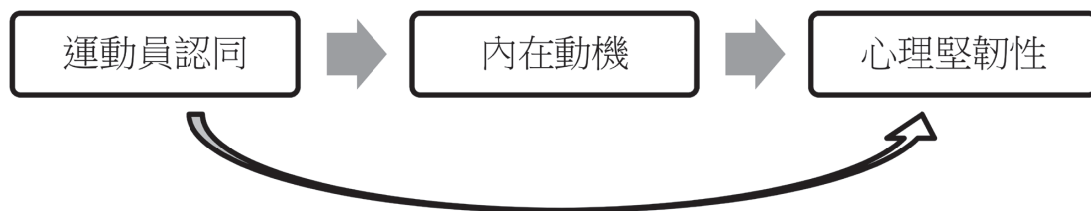


圖 1 運動員認同、內在動機及心理堅韌性之研究架構

資料來源：本研究整理。

二、研究對象

本研究採用立意取樣，選取臺北地區六所高中體育班學生運動員。問卷發放份數共 192 份，扣除無效問卷 15 份，有效問卷共 177 份。參與者共男 142 名、女 35 名，平均年齡為 16 ± 1.5 歲。

三、研究工具

本研究以何全進與盧俊宏 (2001) 的運動員認同量表、黃崇儒 (2004) 的運動員特質心理堅韌性量表以及林季燕與季力康 (2003) 編制的運動動機量表中的內在動機量表，匯集而成的量表。量表分述如下：

- (一) 運動員認同量表：本量表為何全進與盧俊宏 (2001) 根據 Brewer et al. (1993) 的運動員認同量表 (Athletic Identity Measurement Scale) 加以修訂而成的中文版，Cronbach's α 為 .91，表採 Likert 五點量尺。例題：我認為我是一位運動員。
- (二) 心理堅韌性量表：採用黃崇儒 (2004) 的運動員特質心理堅韌性量表，此量表分成三個量表，分別為積極奮鬥 16 題、抗壓性 11 題、忍受傷痛 5 題，合計共 32 題，採 Likert 五點

量尺。Cronbach's α 值為 .95。例題：訓練是很嚴厲的，我通常會咬緊牙關撐過去。

- (三) 內在動機量表：本量表採用林季燕與季力康 (2003) 修訂 Pelletier et al. (1995) 編制的運動動機量表 (Sport Motivation Scale) 中的內在動機量表，共 13 題，採 Likert 七點量尺，量表的 Cronbach's α 值為 .95。例題：參與此專項是為了達成我個人目標時所感覺到的滿足感。

本研究採用 Cronbach's α 係數值考驗衡量總量表及各分量表的內部一致性。運動員認同量表，總量表 α 係數 .91；心理堅韌性量表，總量表 α 係數 .95；內在動機量表，總量表 α 係數 .95。而係數介於 .80 ~ .90 屬於良好，顯示本研究總量表具有良好之信度 (吳明隆、涂金堂，2008)。

四、研究流程

研究者聯繫高中運動員的體育班及運動代表隊，詢問其任課老師及代表隊教練經過同意後，在該班上課前或是訓練前進行施測，測驗前也對於參與者說明研究目的以及問卷填寫的原則，並予以回應其提問。待無任何疑問後，請參與者開始填寫問卷，結束後回收問卷並整理、建立資料庫。

五、資料分析

本研究以 SPSS 22.0 進行統計上的分析，以迴歸分析分別檢定運動員認同對內在動機之影響、內在動機對心理堅韌性之影響。再者，以徑路分析來探討內在動機

作為運動員之認同與心理堅韌性之中介效果。本研究各項統計考驗的顯著水準均訂為 $\alpha = .05$ 。

參、結果與討論

一、描述性統計分析

本研究透過運動員認同、心理堅韌性、內在動機等量表探討內在動機的中介效果，經描述性統計分析後，整理於表 1。

二、運動員認同對內在動機之關係

運動員認同對內在動機的迴歸分析如表 2 呈現，以運動員認同作為自變項，內在動機作為依變項。在這迴歸模式中，運動員認同對內在動機之迴歸係數為 .68 ($p = .00 < .05$)，達到顯著水準。本研究分析得知 $R^2 = 0.46$ ，即運動員認同對內在動機之解釋變異量為 46%。由此可知，運動員認同對內在動機呈現顯著的正向影響，即高中運動員本身擁有強烈的認同感，其對內在動機的提升有正向效果。

Petitpas (1987) 認為強烈的運動認同可以評量自我能力高低，培養運動技能，

表 1 運動員認同、內在動機及心理堅韌性變項描述性統計摘要表

測量變項	受試者 ($n = 177$)		
	<i>M</i>	<i>SD</i>	95% CI
運動員認同	3.89	0.69	[3.79, 3.99]
內在動機	5.57	1.13	[5.41, 5.73]
心理堅韌性	3.86	0.58	[3.78, 3.94]

資料來源：本研究整理。
註：CI：信賴區間。

建立自信，而 Fox and Corbin (1986) 則發現擁有較高運動員認同者，也擁有較高的運動參與感與投入，與本研究結果相互呼應。因此，為使內在動機有正向的提升成效，首要需增強高中運動員本身的認同感。

三、內在動機對心理堅韌性之關係

內在動機對心理堅韌性的迴歸分析如表 3 所示，以內在動機為自變項，心理堅韌性為依變項，在這迴歸模式中，內在動機對心理堅韌性之迴歸係數為 .74 ($p = .00 < .05$)，達到顯著水準。本研究分析得知 $R^2 = 0.55$ ，即內在動機對心理堅韌性之解釋變異量為 55%。由此可知，內在動機對心理堅韌性呈現顯著的正向影響。

國內外相關研究 (林彥志, 2011; 陳信宏, 2008; Yin, Chang, & Chuang, 2010) 亦指出，高度的內在動機被教練所重要，而且對於運動參與的投入程度所有影響，高投入的內在動機，可以形塑出強韌的心理堅韌性素質，與本研究結果相符。因此，為使高中

運動員建立強大的心理堅韌性，首要之務即是促使其產生高度的內在動機。

四、運動員認同透過內在動機為中介作用，影響其心理堅韌性之關係

本研究之自變項為運動員認同，中介變項為內在動機，依變項為心理堅韌性。設 X 為運動員認同， M 為內在動機， Y 為心理堅韌性，欲探討運動員認同的中介效果，須滿足下列條件 (Baron & Kenny, 1986)：

- (一) 運動員認同對內在動機有顯著影響 ($X \rightarrow M$)；
- (二) 運動員認同對心理堅韌性有顯著影響 ($X \rightarrow Y$)；
- (三) 當內在動機加入與運動員認同時來預測心理堅韌性時 ($X, M \rightarrow Y$)，運動員認同 (X) 的迴歸係數會降低。

內在動機作為運動員認同與心理堅韌性的中介變項之迴歸分析如表 4 呈現，運動員認同對內在動機的迴歸模式為 M

表 2 運動員認同對內在動機之迴歸分析

依變項	自變項	非標準化係數		標準化係數		p 值	R^2
		B 之估計值	標準誤	β	t 值		
內在動機	(常數)	1.24	.34		3.62	.00	0.46
	運動員認同	1.11	.08	.68	12.74	.00	

資料來源：本研究整理。

表 3 內在動機對心理堅韌性之迴歸分析

依變項	自變項	非標準化係數		標準化係數		p 值	R^2
		B 之估計值	標準誤	β	t 值		
心理堅韌性	(常數)	1.73	.14		12.11	.00	0.55
	內在動機	0.38	.02	.74	15.18	.00	

資料來源：本研究整理。

表 4 內在動機作為運動員認同與心理堅韌性的中介變項之迴歸分析

依變項	自變項	非標準化係數		標準化係數	t 值	p 值	R ²
		B 之估計值	標準誤	β			
內在動機	(常數)	1.24	.34		3.62	.00	0.46
	運動員認同	1.11	.08	.68	12.74	.00	
心理堅韌性	(常數)	1.63	.18		9.22	.00	0.47
	運動員認同	0.58	.05	.69	12.88	.00	
心理堅韌性	(常數)	1.30	.16		8.27	.00	0.61
	運動員認同	0.28	.05	.34	5.38	.00	
	內在動機	0.27	.03	.51	8.24	.00	

資料來源：本研究整理。

$= 1.24 + 1.11x$, p 值 $< .001$; 運動員認同對心理堅韌性的迴歸模式為 $Y = 1.63 + 0.58x$, p 值 $< .001$; 運動員認同與內在動機對心理堅韌性的迴歸模式為 $Y = 1.3 + 0.28x + 0.27y$, p 值 $< .001$, 三模式均達顯著水準, 而模式三在 M 加入後, X 的係數降低 ($0.28 < 0.58$), 符合上述檢定條件。因此, 內在動機為運動員認同與心理堅韌性的中介變項, 運動員認同會經由內在動機的中介作用, 進而對運動員其心理堅韌性產生正向影響。

運動員之認同感正向影響其參與運動之內在動機, 而內在動機正向影響心理堅韌性; 又內在動機加入運動員認同同時預測運動員之心理堅韌性, 其運動員認同迴歸係數降低, 顯示內在動機為一中介變項。Sachs (1991) 及黃崇儒 (2004) 對於運動員在心理堅韌性上的訓練都指出其重要性, 與本研究結果相同。由此可知, 為提升高中運動員心理堅韌性, 教練、體育教師要增強的不只是運動員對自身的認同感, 其內

在的運動參與動機, 亦是影響高中運動員是否具備強力的心理堅韌性的關鍵因素。

肆、結論與建議

本研究以臺北地區六所高中體育班 177 名學生運動員為研究對象, 旨在探討高中運動員的認同感, 是否會因不同的內在動機, 進而影響其心理堅韌性。意即, 檢視內在動機在運動員認同與心理堅韌性關係之中介效果。綜觀上述研究結果, 提出以下結論。

一、描述性統計分析結果

從描述性統計 (表 1) 我們得知本研究中, 高中運動員的內在動機程度略高於運動員認同, 根據此結果反映出高中運動員認為自己的內在動機 (參加此專項是因為享受經由參與此專項運動所獲得進步的感覺) 會比對自己的運動員認同 (當我運動表現很差時, 我覺得很不好受) 還來的大。

二、運動員認同對內在動機之關係

分析結果顯示，運動員認同對內在動機有正向影響，高中運動員之認同感愈清晰，其對於內在動機之投入愈高。

三、內在動機對心理堅韌性之關係

分析結果顯示，內在動機對心理堅韌性有正向影響，高中運動員具有的內在動機愈高，愈能提升其心理堅韌性。

四、運動員認同透過內在動機為中介作用，影響其心理堅韌性之關係

分析結果顯示，高中運動員之認同感會經由內在動機對其心理堅韌性產生正向影響，即在運動員認同與心理堅韌性之間，內在動機具有中介效果。當高中運動員擁有高強度的認同感，加上在教練為運動員精心設計之訓練中所提升的內在動機，相較於高強度的認同感，直接探討心理堅韌性而言，內在動機之介入，確實有助於提升高中運動員的心理堅韌性。

五、建議

本研究針對小樣本進行探索性研究，根據研究結果得知，當高中運動員對自身具有清楚的認同感，而在訓練過程中產生具有正面的內在動機，可提升高中運動員的心理堅韌性。建議未來針對高中運動員的訓練辦理，事前可以先增強運動員對自身的認同感，如：心理測驗、心理工作坊

等，並提供能提升內在動機的體驗，如：安排諮商師的輔導與介入、安排更多教練與運動員交流的時間與活動。針對高中運動員的需求，設計的訓練模式與搭配的活動方案，讓高中運動員能依所求，自行選擇所需，達到建立其強大的心理堅韌性。

參考文獻

1. 何全進 (2002)。運動員認同、運動樂趣來源與運動動機之相關研究。大專體育學術專刊, 91(上), 162-171。doi:10.6695/AUES.200205_91.0017
[Ho, C.-C. (2002). The relationship of athletic identity, sources of sport enjoyment and sport motivation between athletes and non-athletes. *Archives of University Education and Sports*, 91(1), 162-171. doi:10.6695/AUES.200205_91.0017]
2. 何全進、盧俊宏 (2001)。運動員認同概念與測驗初探。體育學報, 33, 147-154。doi:10.6222/pej.0033.200209.2414
[Ho, C.-C., & Lu, J.-H. (2001). A measurement on identity of athlete. *Physical Education Journal*, 33, 147-154. doi:10.6222/pej.0033.200209.2414]
3. 吳明隆、涂金堂 (2008)。SPSS 與統計應用分析。臺北：五南。
[Wu, M. L., & Tu, G. T. (2008). *SPSS & the application and analysis of statistics*. Taipei, Taiwan: Wu-Nan.]
4. 林季燕、季力康 (2003)。運動動機量表之編製——信度與效度分析。臺灣運動心理學報, 2, 15-32。doi:10.6497/BSEPT.20030701_

- (2).0002
[Lin, C.-Y., & Chi, L.-K. (2003). Development of the Sport Motivation Scale: Analysis of reliability and validity. *Bulletin of Sport and Exercise Psychology of Taiwan*, 2, 15-32. doi:10.6497/BSEPT.20030701_(2).0002]
5. 林彥志 (2011)。運動心理堅韌性研究之探討。中華體育季刊, 25(3), 509-517。doi:10.6223/qcpe.2503.201109.2013
[Lin, Y.-C. (2011). Mental toughness in sport. *Quarterly of Chinese Physical Education*, 25(3), 509-517. doi:10.6223/qcpe.2503.201109.2013]
6. 陳信宏 (2008)。運動員參與動機與運動心理堅韌性之關係研究 (未出版之碩士論文)。國立臺北教育大學, 臺北市。
[Chen, S.-H. (2008). *The relationship between the motivation of participation and the mental toughness in sport* (Unpublished master's thesis). National Taipei University of Education, Taipei, Taiwan.]
7. 黃崇儒 (2004)。運動心理堅韌性概念的建構與測量 (未出版之博士論文)。國立臺灣師範大學, 臺北市。
[Huang, C.-J. (2004). *Establishing the construct of mental toughness for sport: Preliminary investigation and instrument development* (Unpublished doctoral dissertation). National Taiwan Normal University, Taipei, Taiwan.]
8. 黃崇儒、余雅婷、洪聰敏 (2014)。檢視大學運動員的生涯轉換：生涯發展模式之觀點。大專體育學刊, 16(2), 192-201。doi:10.5297/ser.1602.006
[Huang, C.-J., Yu, Y.-T., & Hung, C.-H. (2014). An examination of career transition in college student-athletes: A developmental perspective. *Sports & Exercise Research*, 16(2), 192-201. doi:10.5297/ser.1602.006]
9. Altıntaş, A., & Keleş, S. (2017). The role of athletic identity in prediction of athletes' mental toughness. *European Journal of Physical Education and Sport Science*, 3(11), 262-274.
10. Baron, R. M. & Kenny, D. A. (1986). The moderator-mediator variable distinction in social psychological research: Conceptual, strategic, and statistical considerations. *Journal of Personality and Social Psychology*, 51(6), 1173-1182.
11. Brewer, B. W., Van Raalte, J. L., & Linder, D. E. (1993). Athletic identity: Hercules muscles or Achilles heel? *International Journal of Sport Psychology*, 24(2), 237-254.
12. Bronfenbrenner, U. (1960). Freudian theories of identification and their derivatives. *Child Development*, 31, 15-40. doi:10.2307/1126378
13. Bull, S. J., Shambrook, C. J., James, W., & Brooks, J. E. (2005). Towards an understanding of mental toughness in elite English cricketers. *Journal of Applied Sport Psychology*, 17(3), 209-227. doi:10.1080/10413200591010085
14. Callero, P. L. (1985). Role-identity salience. *Social Psychology Quarterly*, 48, 203-215. doi:10.2307/3033681
15. Crust, L. (2007). Mental toughness in sport: A review. *International Journal of Sport and Exercise Psychology*, 5(3), 270-290. doi:10.1080/1612197X.2007.9671836
16. Crust, L., & Azadi, K. (2010). Mental toughness and athletes' use of psychological strategies. *European Journal of Sport Science*, 10(1), 43-51. doi:10.1080/17461390903049972

17. Crust, L., & Clough, P. J. (2011). Developing mental toughness: From research to practice. *Journal of Sport Psychology in Action*, 2(1), 21-32. doi:10.1080/21520704.2011.563436
18. Danish, S. J. (1983). Musings about personal competence: The contributions of sport, health, and fitness. *American Journal of Community Psychology*, 11(3), 221-240. doi:10.1007/BF00893365
19. Deci, E. L. (1975). *Intrinsic motivation*. New York, NY: Plenum Press.
20. Deci, E. L., & Ryan, R. M. (1985). The general causality orientations scale: Self-determination in personality. *Journal of Research in Personality*, 19(2), 109-134. doi:10.1016/0092-6566(85)90023-6
21. Fox, K. R., & Corbin, C. B. (1986). An extension to a model of physical involvement: A preliminary investigation into the role of perceived importance of physical abilities. In J. Watkins, T. Reilly, & L. Burwitz (Eds.), *Sports science* (pp. 215-222). London, UK: Spon.
22. Gucciardi, D. F., Gordon, S., & Dimmock, J. A. (2008). Towards an understanding of mental toughness in Australian football. *Journal of Applied Sport Psychology*, 20(3), 261-281. doi:10.1080/10413200801998556
23. Gucciardi, D. F., Hanton, S., Gordon, S., Mallett, C. J., & Temby, P. (2015). The concept of mental toughness: Tests of dimensionality, nomological network, and traitness. *Journal of Personality*, 83(1), 26-44. doi:10.1111/jopy.12079
24. Jones, G. (2002). What is this thing called mental toughness? An investigation of elite sport performers. *Journal of Applied Sport Psychology*, 14(3), 205-218. doi:10.1080/10413200290103509
25. Lamont-Mills, A., & Christensen, S. A. (2006). Athletic identity and its relationship to sport participation levels. *Journal of Science and Medicine in Sport*, 9(6), 472-478. doi:10.1016/j.jsams.2006.04.004
26. Levy, A., Nicholls, A., & Polman, R. (2012). Cognitive appraisals in sport: The direct and moderating role of mental toughness. *International Journal of Applied Psychology*, 2(4), 71-76. doi:10.5923/j.ijap.20120204.05
27. Pearson, R. E., & Petitpas, A. J. (1990). Transitions of athletes: Developmental and preventive perspectives. *Journal of Counseling and Development*, 69(1), 7-10. doi:10.1002/j.1556-6676.1990.tb01445.x
28. Pelletier, L. G., Tuson, K. M., Fortier, M. S., Vallerand, R. J., Brière, N. M., & Blais, M. R. (1995). Toward a new measure of intrinsic motivation, extrinsic motivation, and amotivation in sports: The Sport Motivation Scale (SMS). *Journal of Sport & Exercise Psychology*, 17(1), 35-53. doi:10.1123/jsep.17.1.35
29. Petitpas, A. (1987). *Psychological care for injured athletes*. Unpublished manuscript, Springfield College, MA.
30. Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2000). Self-determination theory and the facilitation of intrinsic motivation, social development, and well-being. *American Psychologist*, 55(1), 68-78.
31. Sachs, M. L. (1991). Reading list in applied sport psychology: Psychological skills

- training. *The Sport Psychologist*, 5(1), 88-91.
32. Thelwell, R., Weston, N., & Greenlees, I. (2005). Defining and understanding mental toughness within soccer. *Journal of Applied Sport Psychology*, 17(4), 326-332. doi:10.1080/10413200500313636
33. Yin, H.-L., Chang, Y.-L., & Chuang, C.-J. (2010). Literature review of types of motivation in exercise. *Journal of Sports Health and Leisure*, 1, 64-80. doi:10.29961/JSHL.201004.0006

The Relationship Between Athletic Identity and Mental Toughness in Athlete: The Mediating Effect of Sport Internal Motivation

Tzu-Hsiung Hsu^{1*}, Li-Kang Chi^{1,2}

¹Department of Physical Education and Sport Sciences, National Taiwan Normal University

²College of Sports and Recreation, National Taiwan Normal University

*Corresponding author: Tzu-Hsiung Hsu

Address: No. 162, Sec. 1, Heping E. Rd. Da'an Dist., Taipei City 106, Taiwan (R.O.C.)

E-mail: ck23115@hotmail.com

DOI:10.6167/JSR.202112_30(2).0001

Received: May, 2019 Accepted: November, 2019

Abstract

The purpose of this study is to explore the relationship between high school athletes' identity and mental toughness, and to explore the mediating effect of internal motivation between athletes' identification and mental toughness. The effects of high school athletes' identity to internal motivation and internal motivation to mental toughness were analyzed by regression analysis. In addition, path analysis was implemented to investigate the mediation effect of internal motivation between high school athletes' identity and mental toughness. One hundred and seventy-seven valid questionnaires were collected via purposive sampling and descriptive statistics were utilized to analyze the data. The results and conclusions show that majority of the high school athletes were male, at the age of 16 ± 1.5 . It also indicated that the high school athletes' identity influenced internal motivation significantly and the internal motivation influenced mental toughness significantly as well. The result of mediation effect represents that the internal motivation was mediating influence between high school athletes' identity and mental toughness. The high school athletes' identity influenced mental toughness directly by internal motivation.

Keywords: athletic identity, mental toughness, sport internal motivation, regression analysis, mediation effect

