

長跑運動員運動承諾之研究

許績勝¹ 馬君萍² 王耀聰³ 陳建勳⁴

¹國立台灣體育運動大學 ²僑光科技大學

³國立中興大學 ⁴文藻外語大學

摘要

本研究目的在：一、比較男女長跑運動員運動承諾與相關因素之差異情形；二、比較不同參賽項目選手運動承諾與相關因素之差異情形；三、探討長跑選手運動承諾相關因素對運動承諾之預測情形。以參加 2013 年金門馬拉松比賽之選手共 358 人為研究對象。所有受試者被要求填寫基本資料與運動承諾量表。以單因子多變量變異數分析及多元逐步迴歸方法分析所有資料。研究結果顯示：一、在個人投資與社會約束方面，男子長跑選手顯著高於女子長跑選手。二、在個人投資與運動承諾方面，參與馬拉松比賽選手顯著高於參與半程馬拉松選手；運動樂趣方面則是參與馬拉松比賽選手顯著高於參與半程馬拉松以及 11.2 公里組的選手；而在參與機會方面則是參與 11.2 公里組的選手顯著高於參與全程馬拉松以及半程馬拉松組的選手，且參與全程馬拉松組的選手顯著高於參與半程馬拉松組的選手。三、運動樂趣、參與機會以及個人投資是預測長跑選手運動承諾之主要因素。最後，本研究根據研究結果提出具體建議作為未來研究參考。

關鍵詞：長跑運動員、運動承諾

通訊作者：王耀聰 402 台中市國光路 250 號 國立中興大學體育室
電話：0939058098 04-22840230 轉 201 E-mail：ytwang@nchu.edu.tw

壹、緒論

所謂動機是指努力的方向與強度(Gill, 1986)。在運動領域中如何啟發與強化個體持續運動參與的議題一直深受大家所關切。Scanlan and Simons (1992)以承諾的觀點與理論，探討影響運動員持續運動參與的動機因素，進而提出運動承諾模式。所謂運動承諾指的是一種心理建構，用來表示運動員對繼續參與運動的欲望與決心。Scanlan and Simons (1992)指出，影響運動員運動承諾的決定因素包括：運動樂趣、參與選擇、個人投資、社會約束以及參與機會等。而運動員對持續參與運動的欲望與決心會受上述因素單一或重疊的交錯所影響。例如，當運動員從運動中體驗到較多的運動樂趣時，當運動員對該項運動所投入的個人投資越多時，當運動員感覺社會約束越大時，或是當運動員知覺參與機會越高時將能提昇其運動承諾的強度。另外，當運動員的參與選擇越高時，其對繼續參與該運動項目的熱忱會降低，相對的減低其運動承諾。

在運動承諾模式的實證研究方面，Scanlan、Carpenter、Schmidt、Simon and Keeler (1993)以少年棒、壘球選手所作的研究發現，選手的運動樂趣、個人投資、參與機會和選手運動承諾有正向相關的關係，而運動樂趣和個人投資則是預測選手運動承諾的因素。此外，Carpenter、Scanlan、Simons and Lobel (1993)以結構方程模式的方法來驗證運動承諾模式，研究結果發現，運動樂趣、個人投資、參與機會和社會約束，是預測運動承諾的主要因素。其中，運動樂趣、個人投資和參與機會對運動承諾產生正面的影響，與 Scanlan et al. (1993)的研究結果相同，而社會約束方面則對運動承諾產生負面的影響。

國內相關研究方面，黃宥瑄（2004）探討參與健身運動與運動承諾的研究中發現，運動樂趣以及參與機會對參與健身運動者之運動承諾有正面的影響。陳桂敏（2008）針對國小教師運動承諾的研究中發現，運動樂趣以及個人投資是預測國小教師運動承諾的主要因素。何肇益（2009）以國內特優級大專排球選手所做的研究發現，運動樂趣是預測大專排球選手想要的以及必需的運動承諾之主要因素；男子排球選手在參與選擇以及社會約束方面高於女子排球選手，而女子排球選手在個人投資方面高於男子選手。馬君萍、王耀聰與嚴子三（2011）以國內國、高中田徑選手為對象進行運動承諾相關研究，結果發現運動樂趣是預測國高中田徑選手運動承諾的最主要因素。由上述結果得知，影響不同族群持續運動參與的因素各不相同，而運動樂趣則是影響其持續運動參與的共同因素。

近年來，由於周休二日的緣故，國人對於從事休閒運動的趨勢有越來越高的趨勢。尤其是路跑活動，根據統計，台灣 102 年所舉辦的馬拉松比賽超過 50 場，居世界第四；若加計一般的路跑比賽的話更是超過 600 場（馬少光，2013）。由此數據看出，跑步已經成為國人所喜好的運動項目之一，且參加路跑比賽亦成為一項新的國民運動。在一些

著名的路跑賽會中因報名員額有限，甚至出現報名秒殺的現象發生，由此可見國人對路跑運動的喜愛。

一般路跑比賽有休閒屬性的 5 公里組，競賽屬性的 10 公里組、半程馬拉松組以及馬拉松組。休閒組的參與對象以親子活動性質及休閒跑步者為主，而競賽屬性的參賽者則是平常有規律性訓練的跑者為主。有別於球類運動，長跑運動的訓練過程需反覆的從事各種距離以及各種速度的跑步訓練。尤其是馬拉松項目，訓練過程的辛苦非外人所能體會。筆者從事長跑運動訓練及競賽逾三十年，希望以承諾的觀點，探討長跑運動員持續長跑運動參與的動機因素，此為筆者們從事本研究的動機之一。另外，不同距離的參賽者在訓練方面有不同的訓練課程，而男、女選手在生理上的差異是否會影響到心理上呢？上述不同參賽項目以及性別上的不同是否造成長跑選手在運動承諾與相關因素方面的差異呢？這些都是筆者們從事本研究的動機。

貳、研究方法

一、研究對象

本研究以參與「2013 金門馬拉松」比賽之選手為對象進行研究。問卷共發出 400 份，回收 372 份，其中 14 份因資料填寫不完全而予以剔除。因此，實際用來統計分析之有效問卷共計 358 份，佔全部問卷之 89.5%。

其中男生 272 人，女生 86 人，參與全程馬拉松者共 61 人參與半程馬拉松者 261 人，參與 11.2 公里者 36 人。而所有受試者參與慢跑訓練的年資為 4.71 ± 5.29 年，每周平均練習 3.41 ± 1.67 天。

二、研究工具

本研究所使用的工具為田徑選手運動承諾模式量表(The Inventory of Sport Commitment Model)係以馬君萍、王耀聰、趙中驥(2008)依 Scanlan and Simons(1992)的運動承諾模式理論為基礎，同時參考國內、外相關文獻所修訂而來。馬君萍等(2008)以項目分析及因素分析後發現量表共計 24 題，包含六個因素，分別為：運動承諾(Sport commitment) 5 題解釋變異量為 30.94%、社會約束(Social constraints) 4 題解釋變異量為 14.24%、參與選擇(Involvement alternatives) 4 題解釋變異量為 9.07%、參與機會(Involvement opportunities) 4 題解釋變異量為 6.25%、個人投資(Personal investments) 3 題解釋變異量為 5.58%及運動樂趣(Sport enjoyment) 4 題解釋變異量為 5.25%，結合上述六個因素之總累積解釋變異量達 71.33%。而量表的信度分析則以 Cronbach's α 方法考驗量表各因素間之內部一致性情形，結果發現個因素之 Cronbach's α 係數介於 .78 至 .92

之間。從馬君萍等(2008)的研究結果顯示量表具有良好的信、效度。至於量表的回答則採用利氏五點量尺方式作答,1代表完全不同意,2代表不同意,3代表無意見,4代表同意,5代表完全同意。每位選手根據他們對題目敘述的同意程度作答。

三、施測過程

本研究利用一百零二年元月二十日「2013 金門馬拉松」比賽後於比賽場地(金門大學)進行問卷收集工作。問卷收集請各參賽選手於比賽完後填寫。同時,於問卷中說明研究的目的,問卷的答案無所謂對與錯,請選手依自身的感受填寫,且填寫的資料僅供研究之用。

四、資料處理

本研究採用 SPSS19.0 for Windows 之統計套裝軟體進行資料分析,考驗研究問題所使用的統計方法分述如下:

- (一)以單因子多變量變異數分析探討不同性別及不同參賽項目長跑選手運動承諾相關因素之差異情形。
- (二)以多元逐步迴歸方法分析長跑選手運動承諾相關因素對運動承諾的預測情形。
- (三)本研究統計顯著水準訂為 $\alpha < .05$ 。

參、結果與討論

一、男、女長跑選手運動承諾相關因素之差異情形

表 1
男、女長跑選手運動承諾相關因素之平均數與標準差

	性別	人數	平均數	標準差
運動承諾	男	272	4.00	.69
	女	86	3.93	.77
運動樂趣	男	272	4.26	.71
	女	86	4.27	.67
參與選擇	男	272	3.20	.77
	女	86	3.27	.78
參與機會	男	272	3.85	.81
	女	86	3.90	.82
個人投資	男	272	3.76	.75
	女	86	3.52	.86
社會約束	男	272	3.14	.96
	女	86	2.80	.88

本節主要在探討男、女長跑選手運動承諾相關因素之差異。以單因子多變量變異數分析方法，比較男、女長跑選手運動承諾相關因素之差異。若從表 1 男、女長跑選手運動承諾相關因素的平均得分高低來看，本研究發現男、女長跑選手在運動樂趣的平均得分最高，亦即本研究中的長跑選手在跑步過程中獲得相當多的樂趣。另外，長跑選手們在社會約束方面的得分最低，顯示出本研究中的長跑選手們從事長跑運動過程中較不受家庭或其他因素所影響，自主意願較高。

表 2
男、女長跑選手運動承諾相關因素之多變量變異數分析摘要表

變異來源	df	SSCP						Wilk's Λ	
組間	個人投資	1	3.94	-0.85	5.39	-0.09	-1.15	1.05	.942*
	參與機會		-0.85	0.18	-1.16	0.02	0.25	-0.22	
	社會約束		5.39	-1.16	7.38	-0.12	-1.58	1.43	
	運動樂趣		-0.09	0.02	-0.12	0.00	0.03	-0.02	
	參與選擇		-1.15	0.25	-1.58	0.03	0.34	-0.31	
	運動承諾		1.05	-0.22	1.43	-0.02	-0.31	0.28	
組內	個人投資	356	214.28	107.81	101.10	107.09	14.59	128.18	
	參與機會		107.81	237.44	81.50	100.15	19.02	134.37	
	社會約束		101.10	81.50	317.42	60.51	106.29	77.67	
	運動樂趣		107.09	100.15	60.51	176.00	-4.18	123.01	
	參與選擇		14.59	19.02	106.29	-4.18	212.93	14.04	
	運動承諾		128.18	134.37	77.67	123.01	14.04	181.45	
全體	個人投資	357	218.22	106.96	106.49	107.00	13.44	129.23	
	參與機會		106.96	237.62	80.34	100.17	19.27	134.15	
	社會約束		106.49	80.34	324.80	60.39	104.71	79.10	
	運動樂趣		107.00	100.17	60.39	176.00	-4.15	122.99	
	參與選擇		13.44	19.27	104.71	-4.15	213.27	13.73	
	運動承諾		129.23	134.15	79.10	122.99	13.73	181.73	

* $p < .05$

表 3

男、女長跑選手運動承諾相關因素之單變項變異數分析摘要表

變異來源		SS	df	MS	F	P	差異
組 間	個人投資	3.94	1	3.94	6.54	.01	男>女
	參與機會	0.18	1	0.18	0.27	.60	無
	社會約束	7.38	1	7.38	8.28	.00	男>女
	運動樂趣	0.00	1	0.00	0.00	.95	無
	參與選擇	0.34	1	0.34	0.56	.45	無
	運動承諾	0.28	1	0.28	0.55	.46	無
誤 差	個人投資	214.28	356	0.60			
	參與機會	237.44	356	0.67			
	社會約束	317.42	356	0.89			
	運動樂趣	176.00	356	0.49			
	參與選擇	212.93	356	0.60			
	運動承諾	181.45	356	0.51			

* $p < .05$

表 2 為男、女長跑選手運動承諾相關因素之多變量變異數分析摘要表，從表 2 結果顯示，男、女長跑選手運動承諾相關因素有顯著差異存在(Wilk's $\Lambda = .942, P < .05$)。再由表 3 男、女長跑選手運動承諾相關因素之單變項變異數分析摘要表來看，男、女長跑選手在運動承諾相關因素中的個人投資以及社會約束方面有顯著差異，且男選手在個人投資以及社會約束方面都高於女子選手。本研究結果與何肇益(2009)的結果部分相符，何肇益以國內優秀排球選手所做的研究發現，男子排球選手在參與選擇以及社會約束方面高於女子排球選手，而女子排球選手在個人投資方面高於男子選手。本研究則與王素珍(2008)的研究結果不同，王素珍針對高中生所做的研究發現高中男生在想要的承諾方面高於高中女生，而在運動承諾相關因素方面並未發現有性別差異存在。造成本研究與王素珍(2008)與何肇益(2009)研究不同結果的原因可能來自於受試對象差異所致，本研究的受試者年齡涵蓋範圍較大，且從事慢跑的行為大都是自發性的。而王素珍(2008)與何肇益(2009)的研究對象是以一般高中生及國內大專特優級排球選手為對象所做的研究結果。

本研究發現男、女長跑選手在個人投資與社會約束方面有差異存在。從 Scanlan and Simons(1992)對個人投資的定義來看，個人投資是指運動員對於從事該項運動所投入的時間、精力與金錢等。本研究結果發現男性長跑選手在從事長跑訓練的過程或比賽中比女選手願意花費較多的時間與金錢來改善裝備或訓練。從長跑運動的運動特性來看，從事長跑運動訓練需要花費較長時間，而女性長跑運動員可能受到家庭因素的限制，相對

投入訓練的時間較男性少應該是合理的結果。

另外，從 Scanlan and Simons(1992)對社會約束的定義來看，社會約束是指外在的壓力迫使其繼續運動的參與，如父母親、教練和朋友等。本研究結果發現男子長跑選手受到來自於教練或朋友等的影響高於女子長跑選手。傳統上，女性參與運動所受到的時間限制比男性來的多。大部分女性除了上班以外還要照顧到家庭與子女。因此，女性從事長跑運動訓練的自主性比較強且相對男性而言較不易受外界因素所影響。

二、不同參賽項目選手運動承諾相關因素之差異情形

表 4

不同參賽項目長跑選手運動承諾相關因素之平均數與標準差

	參賽項目	人數	平均數	標準差
運動承諾	全馬	61	4.20	.49
	半馬	261	3.93	.77
	11.2K	36	4.02	.52
運動樂趣	全馬	61	4.64	.44
	半馬	261	4.20	.72
	11.2K	36	4.10	.76
參與選擇	全馬	61	3.22	.89
	半馬	261	3.21	.75
	11.2K	36	3.24	.76
參與機會	全馬	61	4.03	.52
	半馬	261	3.74	.86
	11.2K	36	4.45	.58
個人投資	全馬	61	4.00	.66
	半馬	261	3.62	.79
	11.2K	36	3.77	.77
社會約束	全馬	61	3.32	.93
	半馬	261	3.00	.97
	11.2K	36	3.06	.80

本節主要在探討不同參賽項目長跑選手運動承諾相關因素之差異。以單因子多變量變異數分析方法，比較不同參賽項目長跑選手運動承諾相關因素之差異。表 4 為不同參賽項目長跑選手運動承諾相關因素的平均數與標準差。表 5 為不同參賽項目長跑選手運動承諾相關因素之多變量變異數分析摘要表，從表 5 結果顯示，不同參賽項目長跑選手運動承諾相關因素有顯著差異存在(Wilk's $\Lambda = .826, P < .05$)。再由表 6 不同參賽項目長跑選手運動承諾相關因素之單變項變異數分析摘要表來看，不同參賽項目長跑選手在運

動承諾相關因素中的個人投資、參與機會、運動樂趣以及運動承諾方面有顯著差異。

本研究發現，在個人投資以及運動承諾方面，參加馬拉松項目的長跑選手顯著高於參加半馬拉松項目選手。全程馬拉松比賽需跑完 42.195 公里的距離，而半程馬拉松比賽需跑的距離僅為全程馬拉松比賽的一半約為 21 公里多。相對於參與半程馬拉松者，參與全程馬拉松比賽者需長時間持續的花費較多的時間與精力在訓練上，才有可能完成整個賽事或是有好的成績表現。因此，本研究發現馬拉松參賽者在個人投資與運動承諾方面高於半程馬拉松參賽者應是合理的結果。

本研究發現，參與全程馬拉松者比參與半程馬拉松以及 11.2 公里的跑者，從跑步中體驗到更多了樂趣。一般人參與馬拉松比賽需花費三到四個小時的時間完成全程。跑者為了完成馬拉松比賽，每週的訓練量可能都要跑到一百公里以上的距離。要完成這一項壯舉，除了是對自己能力的一個挑戰以外，若無法在過程中享受到跑步的樂趣的話是難以持久的。因此，參與馬拉松者有較高的運動樂趣異是合理的結果。

表 5
不同參賽項目長跑選手運動承諾相關因素之多變量變異數分析摘要表

變異來源	df	SSCP						Wilk's Λ	
組間	個人投資	2	6.95	7.02	5.89	7.57	0.23	5.10	.826*
	參與機會		7.02	18.45	4.88	2.64	0.62	4.84	
	社會約束		5.89	4.88	5.09	6.89	0.16	4.35	
	運動樂趣		7.57	2.64	6.89	10.45	0.08	5.69	
	參與選擇		0.23	0.62	0.16	0.08	0.02	0.16	
	運動承諾		5.10	4.84	4.35	5.69	0.16	3.75	
組內	個人投資	355	211.27	99.95	100.60	99.43	13.20	124.13	
	參與機會		99.95	219.17	75.47	97.53	18.64	129.30	
	社會約束		100.60	75.47	319.72	53.51	104.55	74.75	
	運動樂趣		99.43	97.53	53.51	165.55	-4.23	117.29	
	參與選擇		13.20	18.64	104.55	-4.23	213.25	13.57	
	運動承諾		124.13	129.30	74.75	117.29	13.57	177.98	
全體	個人投資	357	218.22	106.97	106.49	107.00	13.43	129.23	
	參與機會		106.97	237.62	80.35	100.17	19.26	134.14	
	社會約束		106.49	80.35	324.81	60.40	104.71	79.10	
	運動樂趣		107.00	100.17	60.40	176.00	-4.15	122.98	
	參與選擇		13.43	19.26	104.71	-4.15	213.27	13.73	
	運動承諾		129.23	134.14	79.10	122.98	13.73	181.73	

* $p < .05$

另外，本研究發現在參與機會方面，參與 11.2 公里的跑者高於馬拉松跑者以及半程馬拉松跑者。相對於馬拉松與半程馬拉松而言，會參加 11.2 公里比賽的跑者休閒性質會高於競賽性質。若依此來看，從事慢跑休閒運動可結交到一些同樣喜好慢跑運動的跑者，甚至於因為全家人一起慢跑運動的關係與家人能夠有更緊密結合的機會。因此，本研究所顯示的結果應亦屬合理的。

表 6
不同參賽項目長跑選手運動承諾相關因素之單變項變異數分析摘要表

變異來源		SS	df	MS	F	P	差異
組 間	個人投資	6.95	2	3.47	5.84	.00	全>半
	參與機會	18.45	2	9.22	14.94	.00	11.2>全>半,全>半
	社會約束	5.09	2	2.55	2.83	.06	無
	運動樂趣	10.45	2	5.23	11.21	.00	全>半,全>11.2
	參與選擇	0.02	2	0.01	0.02	.98	無
	運動承諾	3.75	2	1.87	3.74	.03	全>半
誤 差	個人投資	211.27	355	.60			
	參與機會	219.17	355	.62			
	社會約束	319.72	355	.90			
	運動樂趣	165.55	355	.47			
	參與選擇	213.25	355	.60			
	運動承諾	177.98	355	.50			

*p<.05

三、長跑選手運動承諾之預測情形

表 7
長跑選手運動承諾相關因素預測運動承諾之多元逐步迴歸分析摘要表

投入 順序	預測變項	原始迴歸	標準化	決定係數	累積決定	F 值
		係數	迴歸係數		係數	
		b	Beta	Rsqr	Rsqr Cum	
1	運動樂趣	.372	.366	.473	.473	319.40*
2	參與機會	.286	.328	.125	.598	264.34*
3	個人投資	.269	.295	.056	.655	223.78*
	截 距	.294				

*p<.05

本節主要在探討長跑選手運動承諾相關因素對運動承諾的預測情形。由表 7 結果顯示，五個預測變項中運動樂趣、參與機會以及個人投資是預測長跑選手運動承諾的主要預測變項。結合上述三個預測變項的解釋變異量為.655，亦即上述三個因素能預測長跑選手運動承諾 65.5%的變異量。其中，運動樂趣的的解釋變異量達 47.3%，為預測長跑選手運動承諾的主要變項。此外，從迴歸係數的正負值可看出，運動樂趣、參與機會及個人投資與長跑選手的運動承諾都是正相關。亦即，當長跑選手參與長跑的過程中享受到較高的運動樂趣，經驗較高的價值機會且訓練過程中投入較多的時間與金錢時，他們持續參與長跑訓練的欲望及決心會越高。

本研究結果大致上與馬君萍等 (2011)、黃宥瑄 (2004)、陳桂敏 (2008)、Carpenter et al. (1993)、Scanlan et al. (1993)的研究結果相符。上述的研究結果皆顯示運動樂趣是預測選手運動承諾的最主要因素。一般人在投入任何一項活動，不管是競技性、健身性或者是休閒性的健身活動，從活動過程中享受或體驗到樂趣是維繫其持續活動參與的重要因素。

肆、結論與建議

一、結論

- (一) 男、女長跑選手在運動承諾與相關因素方面有顯著差異，在個人投資以及社會約束方面，男子長跑選手高於女子長跑選手。
- (二) 不同參賽項目長跑選手在運動承諾與相關因素方面有顯著差異，在個人投資與運動承諾方面，參與馬拉松比賽選手顯著高於參與半程馬拉松選手；運動樂趣方面則是參與馬拉松比賽選手顯著高於參與半程馬拉松以及 11.2 公里組的選手；而在參與機會方面則是參與 11.2 公里組的選手顯著高於參與全程馬拉松以及半程馬拉松組的選手，且參與全程馬拉松組的選手顯著高於參與半程馬拉松組的選手。
- (三) 長跑選手運動樂趣、參與機會以及個人投資是預測其運動承諾之主要因素。

二、建議

- (一) 本研究發現，不管是性別上或是參賽項目方面在運動承諾與相關因素中有明顯差異存在，建議後續研究可針對這些差異是否對行為產生影響進行了解。
- (二) 本研究發現，對這些參與長跑運動的選手來說，運動樂趣是支持其持續運動參與的主要因素，因此建議相關機構在推展全民運動時應注意營造出樂趣氛圍，以提升全民持續運動參與的動機。

(三) 建議後續研究可結合其他因素，以了解運動承諾是否對其行為產生影響。

參考文獻

- 王素珍 (2008)。運動承諾與高中學生慢跑運動行為及健康體適能之相關研究 (未出版之碩士論文)。國立高雄師範大學體育研究所。
- 何肇益 (2009)。大專特優級排球選手的運動承諾之研究 (未出版之碩士論文)。國立高雄師範大學體育研究所。花蓮縣：國立東華大學國民教育研究所。
- 馬少光 (2013年10月)。今天起，相約路跑見。《早安健康》，特刊01號，3頁。
- 馬君萍、王耀聰、趙中驥 (2008)。田徑選手運動承諾量表之修訂—信度與效度分析。《興大體育學刊》，9期，13-24頁。
- 馬君萍、王耀聰、嚴子三 (2011)。國、高中田徑選手運動承諾之相關研究。《興大體育學刊》，11期，13-24頁。
- 黃宥瑄 (2004)。健康體適能俱樂部之運動承諾與顧客自發性表現行為關係之研究 (未出版之碩士論文)。台北市：銘傳大學觀光研究所。
- 陳桂敏 (2008)。國小教師運動承諾與運動行為之研究 (未出版之碩士論文)。國立台北教育大學體育研究所。
- Carpenter, P. J., Scanlan, T. K., Simons, J. P., & Lobel, M. (1993). A test of sport commitment model using structural equation modeling. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 15, 119-133.
- Gill, D. L. (1986). *Psychological dynamics of sport*. Champaign, IL: Human Kinetics.
- Kaiser, H. F. (1974). An index of factorial simplicity. *Psychometrika*, 39, 31-36.
- Scanlan, T. K., Carpenter, P. J., Schmidt, G. W., Simons, J. P., & Keeler, B. (1993). An introduction to the sport commitment model. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 15, 1-15.
- Scanlan, T. K., & Simons, J. P. (1992). The construct of sport enjoyment. In G. C. Roberts (Ed.), *Motivation in sport and exercise* (pp. 199-215). Champaign, IL: Human Kinetics.

The Study of Sport Commitment for Long-Distance Runners

Gi-Sheng Hsu¹, Chun-Ping Ma², Yao-Tsung Wang³ *(Corresponding author),
Chien-Hsun Chen⁴

¹National Taiwan College of Physical Education

²Overseas Chinese University

³National Chung Hsing University

⁴Wen Zao Ursuline University of Languages

ABSTRACT

The purpose of this study were: (1) to compare the differences of sport commitment and related factors for male and female long-distance runners; (2) to compare the differences of sport commitment and related factors for long-distance runners who participated for different distance; (3) to explore the factors that can predict sport commitment for long-distance runners. A total of 358 long-distance runners who participated in 2013 Kin-Men Marathon were served as participants. All participants were asked to complete the demographic data and the inventory of sport commitment. The one-way MANOVA and stepwise multiple regression statistics methods were used to analyze all collected data. The results from the current study indicated that: (1) male long-distance runners had higher score in personal investment and social constraint than female long-distance runners. (2) runners who participated in marathon had higher score in personal investment and sport commitment than those participated in half-marathon; runners who participated in marathon had higher score in sport enjoyment than those participated in half-marathon and 11.2 K; runners who participated in 11.2 K had higher score in involvement opportunity than those participated in marathon and half-marathon, and marathon runners had higher score than half-marathon runners in involvement opportunity. (3) sport enjoyment, involvement opportunity and personal investment were three effective predictors that can predict long-distance runners' sport commitment. Finally, based on the results of the current study, the implications and suggestions for future studies are discussed.

Key words: long-distance runner, sport commitment