



## 国内外运动承诺理论模型研究述评

### An Overview of Domestic and Foreign Research on Sport Commitment Model

何小珍

HE Xiaozhen

**摘要:**在介绍运动承诺概念和结构模型的基础上,分析国内外运动承诺研究现状与其发展,为进一步研究运动承诺提出建议。通过对运动承诺的研究论文分析发现,运动承诺理论模型研究结果主要表现在理论结构、前因变量和理论整合等方面。在运动承诺研究过程中,应加强探讨运动承诺与相关变量的相关关系和相互作用机制,进行跨群体运动承诺应用与实证研究。我国有必要开展运动承诺本土化和跨文化研究,建构我国社会背景下的运动承诺结构模型。为促进运动和锻炼行为及其他运动承诺相关研究提供参考。

**关键词:** 承诺;运动承诺;运动承诺模型;身体锻炼

**中图分类号:** G 804.8 **文章编号:** 1009-783X(2011)06-0568-04 **文献标志码:** A

**Abstract:** On the basis of introduction of the concept and structure model of sport commitment, the researches on the status and development of sport commitment was reviewed in order to provide the suggestions for the further study. By analyzing the papers concerned about sport commitment, results of the sport commitment model showed mainly on the theoretical structure, the antecedents and theoretical integration. In the process of sport commitment, it should strengthen to explore the relation and interaction mechanism between the sport commitment and relevant variables, and make a cross-group and empirical researches. It is necessary to develop sports commitment localization and cross-cultural study in China, establish the sport commitment structure model under the social background. The main purpose is to provide reference for promoting the sports and exercise behavior and other related studies about sport commitment.

**Key words:** commitment; sport commitment; sport commitment model; physical exercise

尽管规律的体育锻炼对人们有着显著的身心健康效益,但绝大多数人仍习惯久坐性行为,缺乏足够的身体锻炼。另外,在身体锻炼参与人群中,身体锻炼退出现象日益严重。此现象引起了国内外学者的关注,且探讨“为什么有的人能参与和坚持身体锻炼,而有的人不能”成为锻炼与健康心理学研究领域的前沿。

试图理解人们为什么参与和坚持身体锻炼,必须理解其动机来源和活动潜在结果,即研究人们的运动承诺。1993年,Scanlan等人选择运用“承诺”这一概念研究青少年运动员持续运动参与的动机<sup>[1]</sup>。因其认为相对于其他理论方法(例如计划行为理论、合理行为理论等),承诺更为体现了行为的综合性、运动相关性和潜在的心理状态,且承诺也被证明能增强行为参与和忠诚。相比于体育人口,Jonathan认为运动承诺模型变量的使用有着更强的理论实效性。运动承诺模型为研究持续的或坚持的运动参与的动机基础提供了理论框架。

在运动承诺理论研究中,与国外研究比较而言,我国对运

动承诺的研究相对较少,且在研究过程中存在不少问题,例如对其概念翻译存在不一致性意见,缺乏对运动承诺理论模型的跨群体研究等;因此,本文研究的主要目的是通过对国内外运动承诺的研究进行回顾和探讨,总结研究中存在的问题,针对性地提出进一步研究运动承诺的建议,以期为我国运动承诺理论模型研究与运用提供参考依据,促进运动锻炼坚持和退出现象的研究及其他运动承诺相关研究,加强运动承诺在运动与身体锻炼领域中的应用,拓宽对体育行为研究的思路。

#### 1 运动承诺概念与维度

运动承诺(sport commitment)是指渴望与决心继续运动参与的一种心理状态<sup>[1]</sup>。运动承诺最初是由Scanlan等人提出的,运用“承诺”这一概念研究青少年运动员持续运动参与的动机。

在我国运动承诺的研究中,Sport Commitment常被译为体育/运动倾向性<sup>[2-3]</sup>。考虑到国内在组织承诺和工作承诺等方面的研究保持概念上的一致性,陈善平等建议将Sport Commitment译为运动承诺更为合理<sup>[4]</sup>。“倾向性”泛指对于某方面的爱憎偏好,是某一事物或行为的态度中表现出来的爱与憎的趋向,而“承诺”不仅是对某一事物或行为的态度偏好和趋向,还表现出个体对该偏好和趋向的允诺,即保持该偏好心理状态

收稿日期:2009-11-09

作者简介:何小珍(1986—),女,广东人,教师,研究方向为体育课程心理健康促进与评价。

作者单位:广东省濠头中学,广东 528400

Haotou Middle School,Guangdong 528400,China.



的稳定性和持久性；因此，不管从研究概念一致性来说，还是从定义上来看，笔者赞同将 sport commitment 译为运动承诺。

Scanlan 等人提出的运动承诺系统地描述了达到行为活动的心理认知程度，虽然很直观，但承诺自身的本质就存在争议。Brickman 提出承诺的维度包括必须的承诺和自愿的承诺。个体的行为活动既可能出于个人意愿和期望，也可能是外部控制和义务责任进行激励。假如运动承诺包含了所有的动机因素（个体意愿和外部控制），那么仅从运动承诺来确定行为与心理的结果与期望是不合理的；因此，Wilson 等人在承诺与锻炼行为的关系研究中提出了运动承诺的 2 个心理维度，即自愿的承诺和必须的承诺<sup>[5]</sup>。自愿的承诺反映了个体选择参与与行为活动的自身意愿和期望，而必须的承诺更多的是受到外部控制或是参与行为活动的责任影响。尽管必须的承诺促进行为产生，但与自愿的承诺相比，对行为坚持性和提高心理健康结果较差。

## 2 运动承诺模型的构建和前因变量

Scanlan 等人构建了“运动承诺模型”，目的在于确定运动承诺的主要决定性因素。结果显示，运动承诺模型有力地证明了乐趣、有趣等积极情绪是运动参与的主要动机。在运动承诺模型中（如图 1 所示），运动承诺包括运动乐趣、个人投入、参与机会、参与选择、社会约束和社会支持等 6 个前因变量<sup>[6]</sup>，其中，运动乐趣、个人投入、参与机会和社会支持被认为是增强运动承诺的变量，而参与选择和社会约束减弱个体的运动承诺。



图 1 运动承诺理论模型

运动乐趣 (sport enjoyment) 被定义为“对运动经验的积极情感反映，例如高兴、喜欢和有趣等一般化的情绪”。个人投入 (personal investments) 反映了“个体投入到活动中，并停止运动参与时不能得到恢复的个人资源，例如时间、金钱、努力和精力等”。参与机会 (involvement opportunities) 是“个体期望通过继续运动参与获得的利益，例如友谊、社会交际、技能掌握和身体技能”。参与选择 (involvement alternatives) 被定义为“相比较继续当前运动的参与，首选他活动的吸引力”。社会约束 (social constraints) 是指“一种能产生继续参与活动责任感的社会期望和规范”。最后，社会支持 (social support) 指“个体收到来自重要他人对其运动参与的鼓励和支持”。

## 3 国内外运动承诺理论模型研究现状

在西方发达国家，研究者们运用运动承诺理论模型在体育领域中进行了多种研究，例如青少年竞技运动员、运动员疲劳、

锻炼与健身情景中的承诺、女性运动员的退出现象、教练员的承诺和流动和优秀运动员的承诺，运动承诺已成为预测与干预人们进行体育运动与锻炼的一个研究热点。

国外运动承诺的研究主要涉及竞技运动和身体锻炼 2 个方面。竞技运动方面，Scanlan 等人对青少年运动员的研究，编制了运动承诺量表，建构了运动承诺理论模型，并对其模型进行了验证和修订，有效地预测和干预运动员的参与坚持性。在身体锻炼方面，Wilson 等人对健身与锻炼情境中的运动承诺进行研究，并在 scanlan 等人的运动承诺量表 (SCS) 的基础上，发展了一个适用于身体锻炼情境的“身体锻炼承诺量表” (ECS)，并把原始运动承诺理论模型中的运动乐趣改为满足感。结果支持 5 个前因变量（满足感、个人投入、社会支持、社会约束和参与选择）和 2 个心理维度（自愿的和必须的）的存在和有效性。

我国学者已涉足运动承诺的研究，但目前研究较少，例如 1999 年殷恒婵和周之华对北京青少年足球运动员的运动倾向性进行研究，丁庆建等人 2001 年研究了大学生的体育活动倾向性。这 2 例研究只是进行了跨文化的验证性研究，并将“Sport Commitment”译为“运动/体育活动倾向性”。2007 年陈善平等人对大学生体育锻炼情景下的运动承诺理论模型进行了验证，并在此基础上引入了 11 个新的锻炼承诺前因变量（社会支持、锻炼条件、锻炼动机、自我效能、个性特征、锻炼效果、运动风险、运动能力、休闲时间、锻炼氛围和制度约束），系统地研究了运动承诺的影响因素，并提出了以行为承诺为核心的认知决策理论模型<sup>[4]</sup>。

## 4 国内外运动承诺理论模型的发展

关于运动承诺的相关研究，学者们不仅对原有的运动承诺进行不同情景的实证研究和应用研究，而且对其理论结构、前因变量和理论整合等方面进行了探讨。

### 4.1 运动承诺理论模型结构的发展

在 scanlan 等人的运动承诺理论模型基础上，Weiss 等人修订了运动承诺原始模型，以决定运动乐趣是否为运动承诺及其前因变量的中介变量<sup>[7]</sup>。结果发现，修订后的模型更好地解释了运动者继续和坚持运动参与的心理期望和决心，即运动乐趣作为运动承诺及其前因变量之间的中介变量。

Wilson 等增加了运动承诺“自愿的”和“必须的”2 个维度。因子分析得知，2 个维度（自愿的和必须的）存在且有效。结构方程分析得知 5 个前因变量能预测运动承诺 2 个维度的 31% 和 51% 的差异，对锻炼行为只能预测 12% 的变异；满意度和个人投入预测承诺 2 个维度，而参与选择和社会约束只能预测“必需的”承诺；“自愿的”承诺是锻炼行为的唯一重要预测因子。

2007 年，Jonathan 等人在 Weiss 等人的运动承诺修订模型的基础上，对成年网球运动员持续参与动机的决定性因素进行

探讨,并增加运动承诺对参与频度和购买动机的影响,对运动承诺修订模型结构进行了调整<sup>[8]</sup>(如图 2 所示),显示出运动承诺前因变量分别对网球乐趣和网球承诺的预测,并增加了运动承诺结果变量,即运动承诺对成年网球运动员的参与行为和消费动机进行预测。修订后的运动承诺模型反映运动承诺既是运动乐趣的结果,又与其有着共同的前因。研究结果表明,2 种模型均合理有效——运动乐趣对运动承诺有着强烈的影响。比较而言,运动承诺修订模型更好,因为运动承诺决定性因素和运动乐趣的前因、结果组成各自的概念模型。

#### 4.2 运动承诺理论模型的前因变量的发展

从最初 scanlan 等人的运动承诺 5 因素模型的构建,到验证后的 4 因素模型,再到 2003 年增加“社会支持”这一前因变量,从而建立了运动承诺理论 6 因素模型。

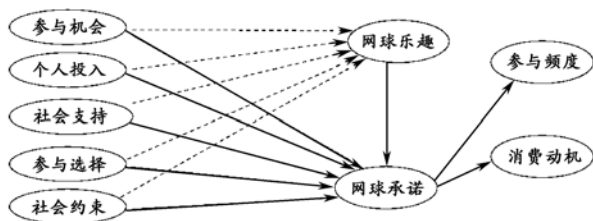


图 2 Jonathan 修订的运动承诺模型

Scanlan 等用结构方程模型检验了运动承诺理论时,由于参与选择测量的问题,只验证了运动承诺理论模型的 4 个前因变量结构,结果表明运动乐趣、个人投入和参与机会与运动承诺呈正相关关系,而社会约束与运动承诺呈负相关。

Scanlan 等在原有的 5 因素基础上增加了“社会支持”,对优秀运动员的运动承诺进行探索。运动承诺模型从此由 5 因素扩展为 6 因素。

综合所有研究发现,运动承诺的前因变量目前仅有此 6 种,相关研究中,不同研究对象,其前因变量对运动承诺的影响存在差异。

#### 4.3 运动承诺理论模型整合的发展

运动承诺理论与其他理论的整合,例如 2002 年 Guillet 结合社会交换理论,2006 年 Panayotis 结合自我决定理论和 2007 年陈善平结合认知决策理论,学者们把运动承诺理论与其他理论充分整合,更好地认识与解释人们运动参与的运动承诺的前因变量及影响因子,以促进人们的运动参与和锻炼坚持性。

Guillet 运用社会交换理论解释法国女性手球运动员的退出现象时,结合了运动承诺理论,并对 2 种理论进行了组合<sup>[9]</sup>。首先,运动员的“认知到的利益”因素被视为运动乐趣的前因变量,例如:能力、自治、发展、关系、教练支持和运动时间等,从一个全新的角度理解运动乐趣。其次,用社会交换理论假设验证了运动承诺,结果显示,运动承诺水平与认知到的利益积极相关,与社会约束和参与机会消极相关(如图 3 所示)。

Zahariadis 等人结合自我决定理论和运动承诺理论对青少年运动员的运动承诺进行研究,并构建了自我决定与运动承诺两者关系的模型<sup>[10]</sup>。皮尔逊相关显示运动承诺和内部动机有着强烈相关关系,相反,外部动机与运动承诺无显著相关,而无动机与运动承诺呈现消极相关。路径分析发现内部动机和运动承诺有着强烈的积极相关,无动机与运动承诺呈现微弱的消极相关。根据模型检验,社会约束和参与机会对运动承诺没有显著贡献。研究结果表明,高自我决策增强运动承诺,而低自我决策降低运动承诺。

陈善平等人运用运动承诺理论模型对大学生体育锻炼行为坚持机制进行了研究,在验证运动承诺理论模型的基础上,还提出了以行为承诺为核心的认知决策理论模型<sup>[4]</sup>(如图 4 所示)。行为承诺的认知决策理论模型解释了行为承诺产生的机制,把影响身体锻炼坚持的因素分为心理因素、个体因素、社会环境和行为活动 4 个方面。在一定程度上突破了运动承诺理论模型没有全面反映运动行为坚持的影响因素的限制。

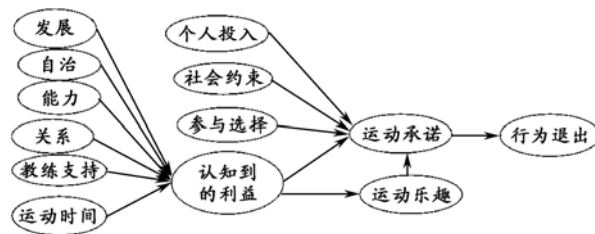


图 3 Guillet 结合社会交换理论后的运动承诺模型

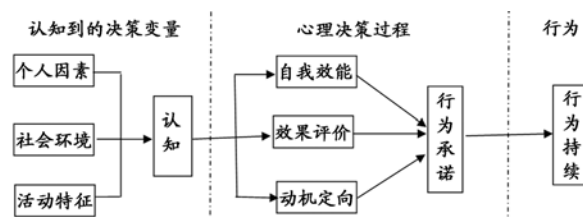


图 4 陈善平的行为承诺的认知决策理论模型

### 5 国内外运动承诺理论模型研究中存在的问题及展望

#### 5.1 运动承诺与相关变量间的关系

“个体拥有良好的运动信念时,其运动承诺越高,但是未能正常地、规律地进行运动”。在研究过程中,研究者不能控制个体的动机和心理承诺,使其参与和维持运动。运动承诺本身的研究结果对个体存在不适应性。运动承诺模型仅是一个预测模型,并没有表明与锻炼坚持性、运动退出等有关因素之间的相互关系和作用机制,且仅考虑运动承诺与其他变量之间的相关或线性关系是不足的,相关关系并不能当做因果关系进行解释;因此,应研究运动承诺与锻炼坚持性、运动退出等相关结果变量之间的相互关系及其相互作用机制,以更好地促进人们运动锻炼参与和坚持。

此外,还应考虑研究过程中潜在变量和干涉变量产生的作用,这些变量可能会加强或减弱运动承诺与结果变量的关系。运动承诺理论模型是一个心理模型,该模型对个人因素、环境因素和行为干预手段考虑不够。除了社会因素和个体心理状态的影响外,其他个体变量,例如性别、年龄及个体背景等其他的重要因素应该也被考虑,从而更为有力地增加模型的解释和预测力,有助于更好地研究运动承诺,促进人们的运动和锻炼参与和坚持。

### 5.2 跨群体研究

运动承诺模型的适应人群的限制性,及样本不同会造成运动承诺前因变量预测能力的差异。运动承诺前因变量均被发现对运动承诺有着重要影响,但它们的预测强度依赖于抽样样本。目前,运动承诺模型在竞技运动中运用研究较多,对娱乐性、市场化等体育活动的解释存在缺陷,且对锻炼情境下的预测能力远不如运动员的实证研究,或许是由于运动承诺理论模型最初是以运动员为研究对象构建的;因此,运动承诺模型的研究人群应大力扩展,例如研究学生锻炼的运动承诺、市场化体育中的运动承诺等,有针对性地重新构建运动承诺理论模型,以充分阐释锻炼情境中的运动承诺及运动承诺模型的意义。

### 5.3 本土化和跨文化研究

此点研究展望是针对我国关于运动承诺的研究提出的。国外的研究为我们提供了理论框架、研究视角和方法指导,但东西方国家存在社会与文化上的差异,运动承诺行为既存在共同性,也存在差异性及特殊性。西方国家学者关于运动承诺的研究结果不一定完全适合我国的运动与锻炼,因此,对其外部效度进行检验。开展体育领域中的运动承诺的本土化和跨文化研究,这样既探讨了中西方运动承诺结果的共同性,也发现我国运动承诺的特殊性,从而根据我国基本国情与文化背景,编制出适合中国的运动承诺量表,对运动与锻炼中的运动承诺

进行有效的研究。

### 参考文献:

- [1] Scanlan T, Carpenter P, Simons J, et al. The sport commitment model: Measurement development for the youth-sport domain[J]. *Sport and Exercise Psychology*, 1993, 15: 16-38.
- [2] 殷恒婵,周之华. 青少年足球运动员运动倾向性不同因果模型的探讨[J]. *北京师范大学学报:自然科学版*, 1999, 35(4): 555-559.
- [3] 丁庆建,天春兰,孙庆虎. 普通高校大学生全民健身倾向性结构模型的构建与应用[J]. *山东体育学院学报*, 2000, 16(2): 41-43.
- [4] 陈善平,李树苗. 体育锻炼行为坚持机制:理论探索、测量工具和实证研究[M]. 西安:西安交通大学出版社, 2007: 7-150.
- [5] Wilson, Philip M, Rodgers Wendy M, Carpenter Paul J, et al. The relationship between commitment and exercise behavior[J]. *Psychology of Sport & Exercise*, 2004, 5(4): 405-421.
- [6] Scanlan, Tara K, Russell, et al. Project on Elite Athlete Commitment (PEAK): II. A Direct Test and Expansion of the Sport Commitment Model with Elite Amateur Sportsmen[J]. *Sport & Exercise Psychology*, 2003, 25(3): 377-401.
- [7] Weiss, Maureen R, Kimmel, et al. Determinants of sport commitment among junior tennis players: Enjoyment as a mediating variable[J]. *Pediatric Exercise Science*, 2001, 13: 131-144.
- [8] Jonathan M Casp, Dianna P Gray, Megan Babkes Stellino. A Sport Commitment Model Perspective on Adult Tennis Players' Participation Frequency Purchase Intention[J]. *Sport Management Review*, 2007, 10: 253-278.
- [9] E Guillet, P J Carpenre, D Trouilloud, et al. Predicting persistence or withdrawal in female handballers with social exchange theory[J]. *International Journal of Psychology*, 2002, 37(2): 92-102.
- [10] Zahariadis P, Tsorbatzoudis H, Alexandris K. Self-determination in sport commitment[J]. *Perceptual And Motor Skills*, 2006, 102(2): 405-425.

