

第五章 討論

本研究目的旨在探討晚期兒童身體活動量、同儕關係與身體自我概念之關聯性，且進一步探討晚期兒童身體活動量與身體自我概念的性別差異，及瞭解其競技運動參與及不同身體活動量的同儕關係與身體自我概念的差異。本章依據理論基礎、相關研究文獻與研究結果進行討論，共分三節，依序陳述：第一節、晚期兒童的身體活動量、身體自我概念與同儕關係間第意義；第二節、晚期兒童身體活動量與身體自我概念的性別差異；及第三節、不同身體活動參與程度晚期兒童的身體自我概念與同儕關係的差異。

第一節 晚期兒童的身體活動量、身體自我概念與同儕關係間的意義

本研究探討晚期兒童身體活動量、身體自我概念與同儕關係的關聯方面，從統計結果發現，身體活動量與整體性身體自我概念及其底下的六個分量：柔軟度、耐力、外表、彈性、肥胖及力量均有相關性。其中，晚期兒童的身體活動量與整體性身體自我概念呈正相關，此與之前相關研究一致 (Hagger, Ashford, & Stambulova, 1998; Raudsepp, Liblik, & Hannus, 2002; Trost, Pate, Diwda, Saunder, & Felton, 1996)，並與其他相關研究相符 (林秋霞，2001；曾慧桓，2002；許銜誠，2003)。結果顯示晚期兒童身體活動量愈高，相對地對於身體的自我概念也愈高，由此可知，日常生活中身體活動較頻繁的兒童，對於身體各方面能力的知覺，包含：運動能力知覺（運動、體適或運動能力）及身體外觀（高、矮、

胖、瘦或個人魅力) 有較高的瞭解與評價。

經進一步分析，身體活動量與身體自我概念的六個分量，發現除了與肥胖呈負相關外，與另五個分量包括：柔軟度、耐力、外表、彈性及力量均呈正相關，其結果也合乎研究者的假說。表示身體活動量較高的兒童，相對地對於自我身體知覺認為較不肥胖，而在其他身體知覺部分，對於身體運動能力，包括：自我知覺柔軟度較好、耐力較佳、彈性較高、力量較大及自我評價對於自己的外表較有自信。

根據描述性統計發現，晚期兒童在上課以外時間最常做的十種身體活動項目分別是：爬樓梯、走路活動、慢跑、跑跳、追逐遊戲、籃球、騎腳踏車、跳繩搖、呼啦圈與羽毛球。其中，前五種均屬於封閉性，不用任何器具的身體活動，從事的活動屬於較簡而易行且有氧能量消耗的身體活動，而有關球類的身體活動，只有籃球和羽毛球，這結果顯示可能與兒童的活動空間與環境有關，或者，因為器材或設備不足，值得進一步加以探討研究。

再者，探討晚期兒童身體活動量與代表同儕關係的社交測量地位指數的關聯，發現本研究結果未達統計上的顯著水準，與陳鵬仁和卓俊伶 (2005) 研究不同；經進一步探討，最大可能是因為社交測量地位指數，得分差異性較小，大部分晚期兒童得分都在負 0.18 與正 0.48 間占 72%。另一個可能因素，可能是樣本的年齡差異造成，雖然，兩個研究的對象均為晚期兒童，但本研究樣本的年齡屬高年級學齡，不論是在身體或心理的成長均較成熟，且在行為發展上高年級學童的身體活動均高於中年級學童，或許因為如此，高年級學童的身體活動

量與同儕關係雖有正向的關聯，但是卻不顯著。

雖然，晚期兒童整體性身體自我概念與同儕關係也呈正相關，但統計結果也未達顯著水準，可是，經進一步深入探討其分量，卻發現外表與同儕關係呈顯著的正向關聯，此結果與 Langlois (1986) 研究相同，顯示對於外表較有自信的晚期兒童的同儕關係，相對地，較對自我知覺外表較沒自信的兒童來得好。只是目前，相關研究證據仍嫌不足，因此，有關以上對於身體活動量、身體自我概念與同儕關係的推測須再進一步研究探討。

第二節 晚期兒童身體活動量與身體自我概念的性別差異

一、晚期兒童身體活動量的性別差異

本研究以晚期兒童的性別為自變項，探討不同性別的晚期兒童身體活動量與身體自我概念是否有不同。經獨立樣本 t 考驗結果分析得知，不同性別晚期兒童的身體活動量與身體自我概念有明顯的差異。在身體活動量部分，男生在身體活動量問卷的分數高於女生，顯示不論是在校園或課後的時間，男生的身體活動量比女生的身體活動量較高，也說明男性晚期兒童參與身體活動的行為明顯多於女性晚期兒童。

由結果可知，晚期兒童的日常生活當中，不論在學校上課或課間，男生通常比女生參與較多的身體活動，即使是放學以後的時間，週間的晚上或週末假日的生活方式，從事與身體活動相關的行為，男生的次數也較女生頻繁。顯示，男生比女生有規律的身體活動行為。

二、晚期兒童身體自我概念的性別差異

本研究發現晚期兒童在身體自我概念量表部分，男生整體性的身體自我概念得分較女生高，表示男性晚期兒童對於自我身體知覺較高於女性晚期兒童，與國內研究探討兒童自我概念的差異相符，證明男生的身體自我概念顯著高於女生（許銜誠，2003；陳靜宜，1997；莊鵬輝，1995），顯示，晚期兒童對於本身的身體特質與自我能力上的描述與評價方面，女生都比男生低，同時就整體自我知覺而言亦比較傾向於負面。此結果也與 Hattie (1992) 提出男性比女性有較正向的自我概念相符。在影響個體性別角色行為發展的因素，除了先天條件的生理因素，使個體認知自我的可能與限制外，還有後天環境影響個體對性別的社會化經驗，都直接反映在自我肯定程度與自我概念的層面，而這種對身體自我概念的性別差異，從晚期兒童階段就明顯的顯現出來。由本研究結果可以更加證明個體對自我性別的表現與認同亦為自我概念發展的關鍵因素之一。

接著，深入分析身體自我概念的六個因素分量，發現身體自我概念分量中的耐力、外表與力量三個分量有性別差異，結果亦是男生大於女生，顯示男生對於耐力與力量的身體能力及身體外觀比女生有較高的自我知覺與評價；另外，柔軟度、彈性與肥胖三個分量，女生在柔軟度與肥胖的得分比男生高，男生在彈性的得分比女生高，可是，在統計分析上未達顯著，顯示沒有明顯的差異性。

此結果亦能說明從晚期兒童階段，男生對於自我耐力及力量的評價，顯現出比女生有較高的身體能力知覺。而在身體自我概念的外表因素部份，結果發現與 Marsh (1989) 指出男生在外表及身體表現能力上比女生有較高的自我概念相呼

應；也符合 Hagborg (1993) 的研究結果，認為在外表的自我概念上，女生比男生有較負面的自我概念及較低的自我評估傾向。

第三節 不同身體活動參與程度晚期兒童的身體自我概念與同儕關係的差異

本研究檢驗晚期兒童不同身體活動參與程度的身體活動量、身體自我概念與同儕關係。以研究參與者是否參加學校運動校隊及高低身體活動量為不同組別分別討論：

首先，參加學校運動校隊的晚期兒童不論是在身體活動量、整體性身體自我概念或同儕關係方面，所有分數都較未參加學校運動校隊的晚期兒童高，在統計分析上亦均達到顯著差異。此結果可知，參加競技運動的兒童在日常生活的身體活動量明顯高於未參加競技運動的兒童，這為本研究假說的預期結果，由於學校運動校隊有固定的訓練時間與練習的課程，相對地，其身體活動量一定較未參加運動校隊的兒童高。

在整體性身體自我概念的部份，參加運動校隊晚期兒童的整體性自我概念也高於未參加運動校隊的兒童，亦表示有參加競技運動的晚期兒童對於自我身體能力知覺與評價方面高於未參加競技運動的兒童，此結果均與其他相關研究發現相同 (Roberts & Duda, 1981; Weiss & Horn, 1990; 曾慧桓, 2002; 許鈺誠, 2003)，更進一步說明，競技運動參與的行為不僅可以幫助兒童更瞭解自我的身體能力，並能增進正向的自我知覺，使其對身體自我有較高的評價。也驗證 Sonstroem

(1978) 提出的「身體活動心理模式」(psychological model for physical activity)，即個體身體活動的能力可以促進個體對於自我身體能力的知覺與評價，並反映身體活動參與的情形。

除此之外，參加運動校隊的晚期兒童在同儕關係部份，明顯也比未參加運動校隊的兒童較好，此與 Dong 等人 (1996) 及 Smoll (1974) 的研究發現相符，證明兒童的同儕關係由不同的因素影響，其中，良好的身體活動能力是獲取良好同儕關係的因素之一。

接著，本研究將晚期兒童分為高低身體活動量兩組，比較身體自我概念及社交測量地位指數的平均值，本研究高身體活動量組的晚期兒童在整體性身體自我概念得分優於低身體活動量組，深入分析身體自我概念六個分量，亦得到相同結果，高身體活動量組在柔軟度、耐力、肥胖、外表、彈性及力量也優於低身體活動量組的晚期兒童。由本研究結果可說明，規律的身體活動與晚期兒童對於身體能力的自我知覺有密切的關聯，與其他相關研究 (Hagger, Ashford, & Stambulova, 1998; Marsh & Peart, 1988; Raudsepp, Liblik, & Hannus, 2002) 一致，指出晚期兒童對於身體能力的知覺影響其對自我整體能力的認知。