

The Difference in Psychological Disturbances Between Gifted and Normal Athletes

體育保送生與非體育保送生之心理困擾探討

Suh-Ruu YEH

Tzu Chi College of Technology, TAIWAN

葉素汝

臺灣慈濟技術學院



Abstract

According to the "guidance measures in the school of gifted athletes at the middle-school level or above", it can provide excellent students many development channels and opportunities after entering the university. However, these gifted athletes usually can not take care of training and studying at same time due to the fact that they do not do well on their plans and preparations, as the result, they will be forced to drop out regardless willingness. The purpose of this study was to explore the difference in psychological disturbances between gifted athlete and normal athlete. The subjects were four different colleges/universities with department of physical education of four hundred and two student-athletes, including one hundred and ninety-nine gifted athletes and two hundred and three normal athlete. Based on Student-athletes' Psychological Disturbance Scale by Chin-Ju Huang, descriptive statistics and independent sample t-test can conclude in following three points. First, gifted athletes feel the most pressure is future problems, following by training problems, academic problems, competitive pressure, and life problems. Second, normal athletes feel the most pressure is when the competition occurred, then following by training problems, future problems, life problems, and academic problems. Third, it shows no difference ($p > .05$) between gifted athletes and normal athlete in training problem, competition pressure, academic problem, and life problem, however, it shows significant difference in future problem ($p < .01$) and psychological disturbance ($p < .05$), or gifted athletes have more these two problems than normal athletes do.

摘要

在臺灣，「中等以上學校運動成績優良學生升學輔導辦法」的實施對於許多優秀選手而言，提供了諸多發展管道與機會，但選手往往因沒有做好事前的規劃與準備，致使訓練與學業無法兼顧，甚至退學，導致教育部立意良好的政策無法真正落實。所以本研究主要探討師院體育保送生與非體育保送生在心理困擾與其他相關問題是否會有差異？受試者以國內四所院校體育科系的402名學生運動員（體育保送生199名，非體育保送生203名）為研究對象，使用黃清如在公元二千年編製的學生運動員心理困擾量表，經描述統計（descriptive statistics）與獨立樣本T考驗（independent sample t-test）得知：一、體育保送生在心理困擾問題以前途問題最高，其次是訓練問題、課業問題、競賽壓力，生活問題最低。二、非體育保送生以競賽壓力最高，其次是訓練問題、前途問題、生活問題，課業問題最低。三、體育保送生與非體育保送生在心理困擾有差異存在（ $p < .05^*$ ）。而在心理困擾之分量表上，訓練問題、競賽壓力、課業問題、生活問題的比較並沒有差異（ $p > .05$ ）；但在前途問題有差異存在（ $p < .01^{**}$ ）。

前言

自政府頒佈了「中等以上學校運動成績優良學生升學輔導辦法」，此美意為許多優秀運動選手提供了另一種升學之管道，經由此法令進入學校的學生稱之為體育保送生。

詳述之，體育保送生係指，教育部核定辦理的運動績優生保送甄審、甄試入學的在學學生。這些學生有的以甄審的方式入學，有的以甄試的方式入學。

甄審入學的程序，僅審查學生代表國家參加國際運動競賽的成績，符合該甄審成績標準者，即予錄取。這種程序不考學

科，學科成績好壞不是錄取與否的要件。很可能有機會參加甄審保送的高中職學生，為了爭取國際運動競賽好成績，取得甄審保送資格。往往不惜荒廢學業，將所有的時間與體力投入運動訓練。因此，部份以甄審取得保送資格的學生，進了大專院校唸書，學科學習都很吃力（林文進，1998）。

甄試入學的程序，除需審查學生參加國內外運動競賽的成績標準以外，還要加考學科。經運動成績篩選取得保送資格者，才能參加學科考試。在錄取名額與有資格參加學科考試人數極為接近的情況下，學科考試的競爭並不是很激烈，學科成績錄取標準也不會很高。因此，經甄試程序取得保送入學的大專運動績優生，學科成績基礎也不是很好（林文進，1998）。

雖然本辦法的實施對於許多優秀選手而言，提供了諸多發展管道與機會，但選手往往因沒有做好事前的規劃與準備，致使訓練與學業無法兼顧，甚至退學，導致教育部立意良好的政策無法落實。選手又常因學業不能兼顧而使運動成績大受影響（黃郁琦，1993），例如：多數的選手因長年專注於運動訓練，而對學業甚難兼顧以致荒廢，於是在進入大專院校就讀後卻造成「為顧及學業成績而疏於練習，或致力於運動訓練卻荒廢課業而招致退學」之窘態。更甚者，是此問題已存在大專院校多年，形成了體育保送生在諸多方面的不適應，教育部對此問題卻無因應之策略，而任由此問題繼續存在。

由於學生運動員(Student-Athlete)具有學生、運動員、公眾人物與發展中成人的多重角色，眾多角色代表著肩負各種不同使命與任務，特別是運動成績優異之體育保送生。因為他們過去花大多數時間在訓練上，教練們為鼓勵他的選手在運動成績有更進一步的突破，往往以『運動保送』作為外誘動機，而許多的運動員的訓練也以『保送甄試』為目標，所以投注大量的時間在專項運動的練習，殊不知保送上後的一切與預期不一。此種情況引起研究者對於『運動績優之保送生』在上大學後各方面的心理困擾，是否與其他一般學生運動員有明顯差異。

文獻探討

根據Adler & Adler(1991)的研究發現，很多進入大學的學生運動員期望課業能夠寬鬆點，如同過去在高中經驗到的：因為運動塑造的明星形象使他們不論在哪一方面都得到特殊的禮遇。Gould & Finch(1991)的研究表示，有些高中時期在學業與訓練上受到禮遇的體保生在上大學之後所期望的與過去不同，而在時間管理、生活適應等諸多方面造成不順利。國內學者張宏亮(1996)進行『運動績優保送生的學習困擾』之調查發現，運動績優保送生達到中高程度的學習困擾，其中以「非訓練問題」佔較重要因素，而非訓練問題又以學業成績不理想、不喜歡考試、需要更多的指導與關懷……等課業問題為最。

Hill & Hansen(1988)訪談許多中學的運動教練發現，中學的運動校隊（足球、棒球、美式足球）需要大量的時間與精力從事

練習，也必須參與聯盟的比賽活動，所以將限制他（她）們在課業上的學習，使他（她）們在學習上經歷不尋常的經驗；而在運動上的天賦也使他（她）們在與人際社會互動中面臨非常人的經歷，且此問題將持續地發生。學生運動員角色的分歧，有兩個相關的使命與期望，所以產生角色衝突，他（她）們必須承受這種雙重身份的心理壓力來完成長程目標（引自Goldberg & Chandler, 1991, 1995）。

謝佳男(1991)以八位體育保送生進行深度訪談的研究中發現，體保生遭逢了諸多的壓力、運動傷害與不適應。運動員壓力源大致有：學業、重大比賽、無法上場比賽、不能參加比賽、復出、及多重角色等壓力。選手身體的運動傷害因傷勢所帶來的痛楚，以及不能上場比賽的煎熬，影響甚巨。運動員在學校與運動場的挑戰，需要同時扮演學校的「學生角色」，運動場上的「選手角色」，以及同學或媒體關注的「明星角色」，而有角色扮演的問題。而在不適應部分為學業與輸贏的調適。

以上諸多文獻顯示著學生運動員在心理上承受著非比尋常的額外壓力。根據賴倩瑜等人(2000)指出，「心理健康」，並不指沒有罹患精神疾病而已，是指一個人心理狀況除了沒有心理與精神疾病的症狀外，其智能、思想、情緒表達，乃至於行為表現各方面，皆保持在一穩定、正常、平衡的狀況下，使個人在面對自我或外界環境的壓力事件時，皆能有社會文化可接受的適應行為；使自己維持在一個因應良好且能達到最高效率的目標。

但是，學生運動員多重角色之衝突使他們在角色扮演間，難以達到正常發展。大學院校的體育保送生一即過去投注較多時間從事訓練的學生運動員，是否會面臨較多的心理問題是本篇想探究的重點。體育系的非體育保送生除不具保送資格外，其餘條件都與體保生類似，所以本研究試圖從師範院校體育系的體保生與非體保生進行比較，探討體育系體育保送生之心理困擾、其他問題與非體育保送生是否會有差異、甚至高於非保送生，此為本篇研究之重點。

研究假設

- (一) 體育保送生與非體育保送生在心理困擾具有差異。
- (二) 體育保送生與非體育保送生在訓練問題困擾具有差異。
- (三) 體育保送生與非體育保送生在生活問題困擾具有差異。
- (四) 體育保送生與非體育保送生在競賽壓力困擾具有差異。
- (五) 體育保送生與非體育保送生在前途問題困擾具有差異。
- (六) 體育保送生與非體育保送生在課業問題困擾具有差異。

名詞解釋

(一) 體育保送生：

在本研究中，體育保送生係指，經由保送甄審、甄試進入四所師範院校體育系的學生運動員。他們過去（上大學之前）都有參與對外運動比賽的經驗，且多為運動績優選手。

(二) 非體育保送生：

在本研究指的是，經由聯考進入四所師範院校體育系的學生運動員。在進入本科系之前，這些學生在過去大都沒有參與大型正式運動比賽的經驗，但進入大學後對外參與運動比賽的頻率增加。

(三) 心理困擾：

即學生運動員心理困擾量表及各分量表的問題，包括：心理困擾、及其各分量表的訓練問題、生活問題、競賽壓力、前途問題、課業壓力。得分愈高就是該問題的困擾程度愈高。

研究方法

研究對象

為四所有設立體育科系的師範院校，分別為國立花蓮師範學院、國立屏東師範學院、國立新竹師範學院與國立台北師範學院的440名學生運動員，包括體育保送生與非體育保送生。

研究工具

學生運動員心理困擾量表：此量表為黃清如在公元二千年編制適用於國內大學之學生運動員的量表。本量表之效度方面，經過項目分析後，以因素分析獲得學生運動員心理困擾五大因素構面為訓練問題、生活問題、競賽壓力、前途問題與課業問題，並解釋69.10%的變異量；在信度分析方面，各分量表的Cronbach's α 係數在.8961~.9583之間，顯示本量表具有相當的建構效度與可靠的內部一致性。

研究步驟

- (一) 相關文獻的蒐集與整理
- (二) 確定研究範圍與對象
- (三) 量表的施測與回收
- (四) 資料處理
- (五) 結果分析與解釋
- (六) 撰寫報告

資料處理

- (一) 本研究之資料處理使用套裝軟體SPSS進行統計分析，並以 $\alpha = .05$ 為顯著水準進行統計考驗。
- (二) 描述統計：次數分配、百分比、平均數與標準差等方法進行體育保送生與非體育保送生在心理困擾各分量表的統計分析。
- (三) T考驗：用於比較體育保送生與非體育保送生在心理困擾的差異。

研究結果

本研究問卷共發出440份，經無效問卷的剔除共計402份(佔91.36%)，回收後將問卷進行編碼及登錄，以SPSS for Window 9.0進行統計分析處理，其結果分述如下：

描述統計結果分析

- (一) 平均數(M)與標準差(SD)

體保生與非體保生的心理困擾及其訓練問題、生活問題、競賽壓力、課業問題與前途問題之平均數、標準差及排序：

表一、心理困擾各分量表之平均數、標準差及排序

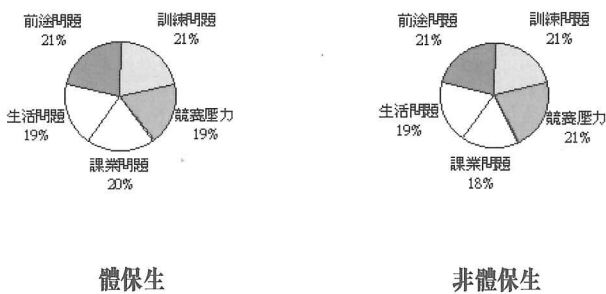
	體保生			非體保生		
	平均數	標準差	排序	平均數	標準差	排序
訓練問題	2.3297	0.5582	2	2.1595	0.5285	2
競賽壓力	2.1147	0.4900	4	2.2299	0.4756	1
課業問題	2.2139	0.9399	3	1.8275	0.8327	5
生活問題	2.0693	0.5861	5	1.9454	0.5873	4
前途問題	2.3655	0.8663	1	2.1391	0.6647	3

表一所示，體保生在心理困擾各分量表的得分上以前途問題 (2.37) 最高，其次是訓練問題 (2.33)、課業問題 (2.21)、競賽壓力 (2.11)、生活問題 (2.07)；非體保生在心理困擾各分量表的得分也是以競賽壓力 (2.23) 為最高，其次是訓練問題 (2.16)、前途問題 (2.14)、生活問題 (1.95)、課業問題 (1.83)。

研究結果得知，體保生方面其最困擾他們的是前途問題。呂碧琴 (1991) 曾調查二十位優秀的田徑選手探討其退休經驗發現，技能的衰退加上學科又不能與同儕並駕齊驅的同時，導致他們的生涯發展存在許多問題。而 Thomas & Ermlar (1998) 的研究也發現，由於運動員長期接受計劃周詳的訓練，對自己的運動方向有明確的目標；當他不再是運動員時，會產生茫然、不知何去何從的心理。所以，體保生前途問題的困擾，與呂碧琴 (1991)、Thomas & Ermlar (1998) 的結果是相符合的。在此筆者認為，師範院校之體保生雖有教育學分，在畢業後可直接甄選國小老師，但由於學科基礎不紮實，難免憂心未來的教職問題。

而非體保生方面，以競賽壓力最為困擾。通常體育科系學生 (包括非體保生) 都有背負著為校出征的使命，如一年一度之大專運動會，其競賽成績的好壞攸關學校的榮譽。所以在長期錦標主義的影響下，或多或少也逐漸形成競賽時的心理壓力。

圓形比例圖 (Pie chart)



圖一、體保生與非體保生心理困擾各分量表之圓形比例圖

經由圓形比例圖可以得知在402名受試者中，其心理困擾各問題得分多寡的百分比比例。在體保生部份，以前途問題與訓練問題佔最大百分比 (21%)，其次為課業問題 (20%)，生活問題、競賽壓力 (19%) 則最小 (19%)。而非體保生部分，以競賽壓力、訓練問題與前途問題佔最大百分比 (21%)，其次為生活問題、(19%)，課業問題則最小 (18%)。

由於體保生、非體保生在心理困擾與其他細分的相關問題為探索性之研究，所以僅進行初步的排序，此結果可供未來相關議題繼續研究之參考與依據，如以心理困擾之訓練問題、競賽壓力作為自變項來預測運動員認同 (athletic identity)，或以生活問題來預測運動樂趣來源 (sources of sport enjoyment)。

體保生與非體保生在心理困擾及各分量表的差異

(一) 體保生與非體保生在心理困擾的差異比較如下：

表二、體保生與非體保生在心理困擾各分量表的比較

	組別	人數	平均數	標準差	自由度	T 值	P 值
心理困擾	體保生	199	126.46	25.2778	400	2.359	.014*
	非體保生	203	120.97	21.2609	385	2.355	

$p < .05^*$

經由T考驗 (如表二) 得知，體保生與非體保生在心理困擾有差異存在 ($p < .05^*$)，體保生明顯高於非體保生。

對於「心理困擾」問題，體保生與非體保生有差異結果如原先假設，且發現了體保生在此問題高於非體保生。因為體保生本身具備學生運動員的多重身分與角色，是學生、運動員、公眾人物與成長中成人，且每一角色都有社會賦予他的義務、期望與定位。他們面臨著一般學生不會承擔的壓力。在此筆者認為，許多體保生以保送作為進入師院的跳板，在上師院之後便想專心於學業，但因學校招收體保生的目的是希望他們能繼續參與競賽為校爭光，所以他們仍背負著比賽奪牌的使命。學校的錦標主義與學生個人實際想法的衝突，常讓體保生進退不得、莫可奈何。諸多跡象顯示著，體保生在整體心理困擾的得分會高於非體保生。

(二) 體保生與非體保生在心理困擾之訓練問題、生活問題、競賽壓力、課業問題與前途問題之差異比較如下：

表三、體保生與非體保生在心理困擾各分量表的比較

	組別	人數	平均數	標準差	自由度	T 值	P 值
訓練問題	體保生	199	30.2864	7.2567	400	3.139	.583
	非體保生	203	28.0739	6.8715	397.797	3.138	
競賽壓力	體保生	199	40.1809	9.3104	400	-2.392	.365
	非體保生	203	42.3695	9.0377	399.016	-2.391	
課業問題	體保生	199	15.4975	6.5796	400	4.364	.508
	非體保生	203	12.7931	5.8290	392.273	4.359	
生活問題	體保生	199	31.0402	8.7927	400	2.116	.996
	非體保生	203	29.1823	8.8099	399.871	2.116	
前途問題	體保生	199	9.4623	3.4652	400	2.943	.000**
	非體保生	203	8.5567	2.6589	371.286	2.936	

$p < .01^{**}$

經由 T 考驗 (表三) 所示, 體保生與非體保生在訓練問題、競賽壓力、課業問題、生活問題的比較並沒有差異 ($p > .05$), 但在前途問題有差異存在 ($p < .01^{**}$), 體保生明顯高於非體保生。

在「前途問題」方面, 體保生顯著異於非體保生 ($9.4623 > 8.5567$ 且 $p < .05$), 即體保生較非體保生關心前途就業。過去的體保生在甄試或甄審時, 都會以師範體系的大學、學院為優先考量 (呂君榮, 2000), 因為畢業後工作較有保障, 可直接至國高中、或國小服務, 對於工作較無後顧之憂。爾後, 體育相關院校相繼成立教育學程中心, 提供體育科系學生進入學校擔任教職的管道。近年來, 中小學體育教師一職形同僧多粥少的局面, 而體保生因過去的訓練背景造成基礎學科能力的薄弱, 所以他們是否有足夠的能力去面對就業後其他通才科目的任教, 是一大關鍵。因為體育系畢業之師院生在進入國小以後並非是體育一科的科任體育老師, 而是必須兼顧國語、數學、社會等科目教學的級任老師。Thomas & Ermlar (1998) 認為優秀運動員由競技運動生涯轉換至非競技運動生涯時, 基本上會對「我是誰? 我可以做什麼? 我將何去何從?」等問題產生困擾。經濟不景氣造成工作的岌岌可危、失業率頻頻攀升, 所以在年輕學子人人搶食教職工作的情況下, 體保生較非體保生擔心前途問題。

至於體保生與非體保生在「訓練問題」、「競賽壓力」、「課業問題」、「生活問題」未發現差異, 似乎與前述許多研究

結果不一致, 如 Gould & Finch(1991) 表示體保生在上大學之後的生活不適應問題、以及張宏亮 (1996) 調查發現運動績優保送生學習困擾以「非訓練問題」的學業問題。筆者提出下列四點, 分述研究假設二、三、四、六的不成立。

- 一、許多體保生在達到保送上大學的目的之後, 便慢慢停止專長的練習; 如前述一過去以保送甄試作為外誘動機。現今他們在訓練上已沒有強烈的動機, 所以訓練狀態與非體保生相同。
- 二、在競賽壓力方面, 運動績優的體保生在運動技術水平達到最巔峰的時候, 在旗鼓相當的比賽時, 心理競技能力往往是致勝的關鍵 (葉志先, 1996)。一些曾經參與國際大型運動比賽的體育保送生, 其心智狀態已能自行做適度的調整, 因為早先參與大型競賽前接受的心智訓練技巧 (如: 放鬆訓練、意象訓練)。也或許, 這些曾經是優秀的體保生已經達到「保送推甄」的目的, 上了大學後, 不像以往那麼重視競賽成績。所以在競賽壓力上與非體保生無不同。
- 三、在課業問題方面, 研究者與師院教師面談中得知, 面對著經由聯考進入體育系的非體保生, 許多體保生在學業上均抱持著「ALL PASS」的心態, 所以不會有爭取優秀名次或成績的心理。四、在生活問題上, Hill & Hansen(1988)發現, 學生運動員因為參與聯盟的比賽需

要大量的時間與精力從事練習，因此在生活上造成的極大紊亂。在台灣的大學或其他院校，學生運動員是無法接受聯盟的給薪、代表聯盟的球員身分對外參與比賽，所以這些師院的體保生不需接受比賽前密集的訓練，他們的生活作息大致上與非體保生一樣。

結論與建議

結論

- (一) 在心理困擾各問題方面，體保生以前途問題為最，其次是訓練問題、課業問題、競賽壓力、生活問題。非體保生以競賽壓力為最，其次是訓練問題、前途問題、生活問題、課業問題。
- (二) 在心理困擾方面，體保生與非體保生有差異存在，體保生顯著高於非體保生。
- (三) 在心理困擾各分量表上，體保生的前途問題高於非體保生，其餘的訓練問題、競賽壓力、課業問題、生活問題則沒有差異。

建議

- (一) 學校對於體保生的心理困擾應充分理解、隨時追蹤，並及早針對困境提供解決方案，避免學生陷入孤立無援或隨波逐流的情況。
- (二) 體保生本身的自覺—因過去學科基礎的薄弱，所以在學業方面應加強課業輔導，避免因循苟且。且學校老師或直屬教練應鼓勵體保生在課餘加強通才科目的知能，以便將來就業時，擔任教職之能力勝任。

參考文獻

- 呂君榮 (2000)。大學體育科系學生生涯信念與生涯發展阻隔因素之調查研究。國立體育學院體育研究所碩士論文。
- 林文進 (1998)。大專運動績優生學業輔導策略之研議。國立台灣體育學院學報，3卷上期，1 ~ 28頁。
- 黃郁琦 (1993)。從時間管理談學生運動員的訓練與學業。國民體育季刊，22卷4期，79 ~ 84頁。
- 黃清如 (2000)。學生運動員心理困擾量表之編製報告。中華民國大專院校八十九年度體育學術研討會學刊，319 ~ 322頁。

張宏亮 (1996)。運動績優保送生學習困擾及求助對象現況調查。大專體育，28期，91 ~ 96頁。

葉志先 (1996)。棒球運動比賽紀錄分析研究。輔仁學誌，25期，227-264。

賴倩瑜、陳瑞蘭、林惠琦、吳佳珍、沈麗惠 (2000)。心理衛生。台北：揚智文化事業股份有限公司。

謝佳男 (2001)。運動之路的起伏與調適 -- 八位體育保送生的經驗。國立台灣師範大學特殊教育研究所碩士論文。

Adler, P., & Adler, P.(1991). *Backboards and blackboards: College athletes and role engulfment*. New York: Columbia University press.

Goldberg, A., & Chandler, T. (1991). Sport participation among adolescent girls: Role conflict or multiple roles *Sex Roles*, 25, 213-224.

Goldberg, A., & Chandler, T. (1995). Sports Counseling: Enhancing the Development of the High School Student-Athlete. *Journal of Counseling & Development*, 74, 39-44.

Gould, D., & Finch, L. (1991). Understanding and Intervening with the Student-Athletes- to-be. Chapter 4. In Etzel, E.F. & Ferrante, A. P. & Pinkey, J. W. (Eds.) *Counseling College Student-Athletes: Issues and Interventions*. (pp.51-70). Fitness Information Technology Inc.

Thomas, C. E., & Ermlar, K. L.(1998). Institution obligations in the athletic retirement process. *Quest*, 4, 78-95.

Correspondence:

葉素汝
機構：臺灣慈濟技術學院
地址：臺灣省花蓮市建國路二段880號
電郵：sony@tccn.edu.tw
電話：001-886-3-8572158 轉 356