

## 第參章 研究設計與實施

本章共分七節，首節說明研究架構；第二節說明研究流程；第三節說明研究方法；第四節說明研究對象；第五節說明研究工具；第六節說明實施程序；末節說明資料處理方式。

### 第一節 研究架構

本研究根據研究目的，以結合運動員之運動生命史資料與 Schlossberg 轉換模型的方式對運動員進行質性研究，研究架構如下圖 3-1 所示：

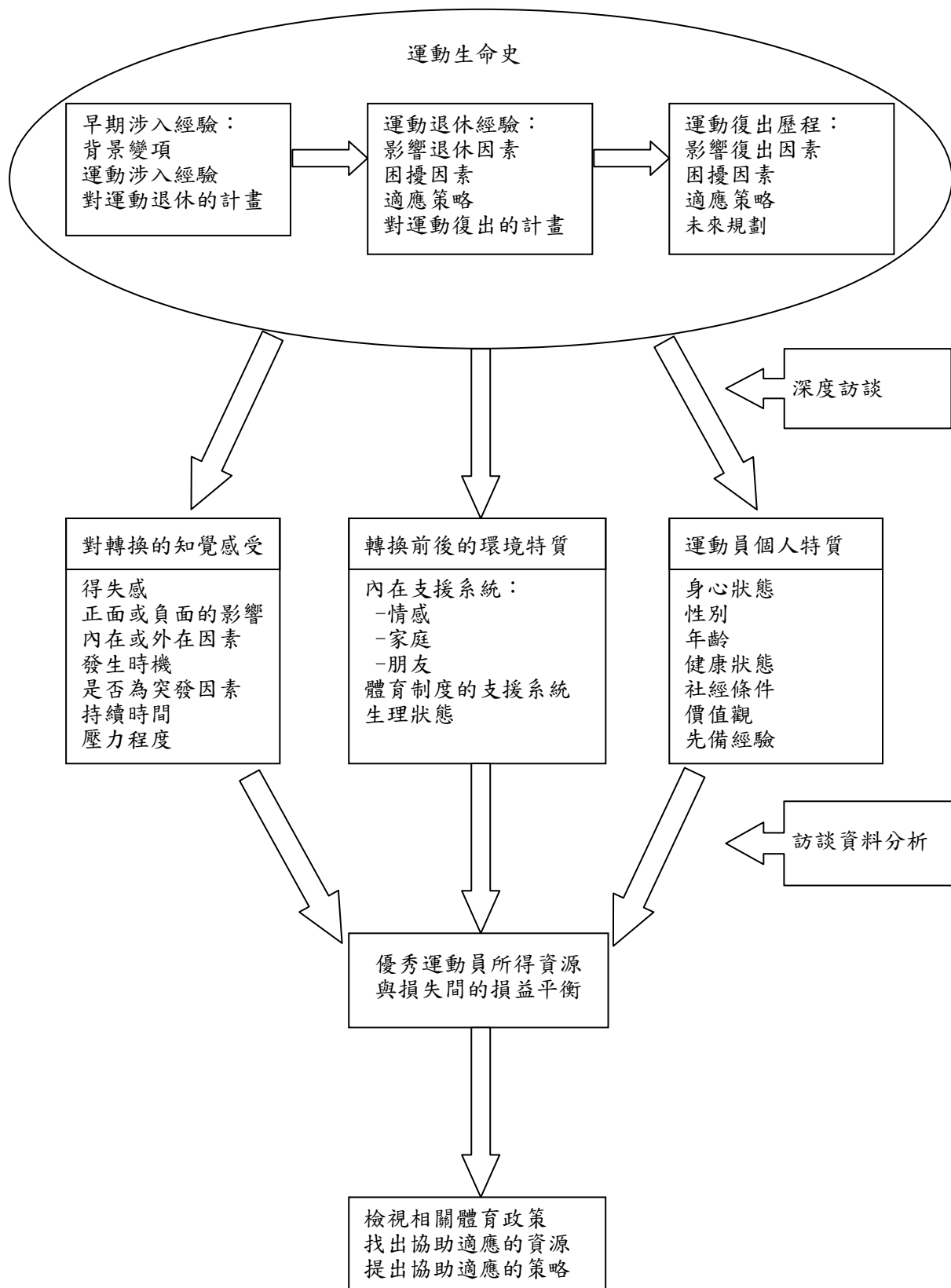


圖 3-1 研究架構圖

## 第二節 研究流程

本研究之研究步驟分為形成研究概念、確定研究主題、蒐集相關文獻、建立研究架構、編制研究工具、進行預試、正式訪談、資料處理與分析、綜合討論以及提出結論與建議、完成並撰寫研究報告等步驟，分別略加說明如下：

- 一、形成研究概念並確定研究主題：根據研究背景與動機蒐集過去文獻以形成初步的研究方向，界定研究主題與研究目的。
- 二、蒐集與探討相關文獻：蒐集與閱讀與「運動退休」、「運動復出」、「生涯轉換」、「Schlossberg 轉換模型」以及「國內體育政策」相關之文獻，並且加以探討。
- 三、建立研究架構：根據研究主題與研究目的，畫出研究架構圖。
- 四、編製研究工具：根據文獻及研究目的編製研究所需之訪談大綱，內容包括運動員前段運動生涯經驗、運動退休經驗、運動復出經驗與個人資料等四個部分，利用專家效度的方式進行效度檢驗與修正。
- 五、進行預試：利用完成之訪談大綱進行預試，並利用該結果修正訪談大綱及研究者訪談技巧。
- 六、正式訪談：本研究採取一對一的方式進行深度訪談，於訪談之前向受訪者說明本研究之研究目的與進行方式，並在徵求受訪者同意後全程錄音。

七、資料處理與分析：研究者者在訪談結束後將把訪談內容的錄音檔撰寫成逐字稿，且根據研究目的與研究問題對其進行編碼，將資料分類後進行分析與討論。

八、綜合討論並提出結論與建議：依據資料整理與分析，呈現研究者的發現，並提出本研究之結論與相關建議。

九、完成並撰寫研究報告：完成上述研究步驟後，將研究結果進行撰寫。

本研究之研究流程如下圖 3-2：

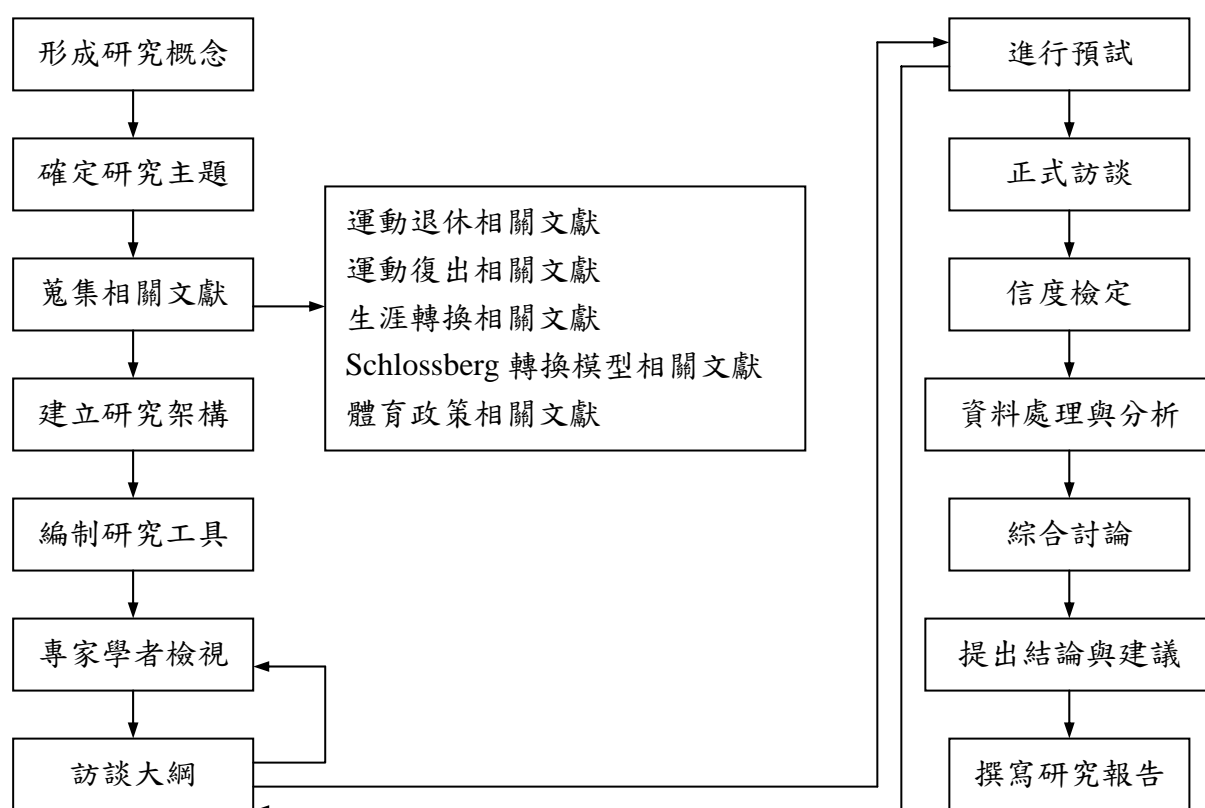


圖 3-2 研究流程圖

### 第三節 研究方法

本研究之研究方法以質性研究方法為主，係先以深度訪談的方式建構運動員之運動生命史，瞭解運動員生涯轉換的經歷，尤其以復出歷程為主要研究軸心，後再套用 Schlossberg 轉換模型的理論對運動員之運動生命史進行分析，探究我國優秀運動員因復出所產生的困擾因素與所得支援系統的資源間是否達到平衡狀態，並從中檢視我國的體育政策是否能有效的協助運動員面對生涯轉換的議題。

### 第四節 研究對象

本研究以立意抽樣的方式選擇符合研究目的與範圍之復出優秀運動員為研究對象，共有 3 名受訪者，其中男性優秀運動員 1 名、女性優秀運動員 2 名。

#### 一、研究對象之選擇條件

復出優秀運動員係指過去曾屬國家代表隊選手之運動員，並屬於亞、奧運長期培訓，或特優選手培訓，或國家代表隊培訓對象之一者，曾經歷運動退休達一年以上，後重返運動生涯，恢復第一級優秀運動員之運動水準者，故而本研究選取符合以下 4 項條件之研究對象：

- (一) 專長運動項目屬亞、奧運正式比賽之項目。
- (二) 前段運動生涯曾參加過亞運會以上等級之運動賽會。
- (三) 曾經運動退休時間達一年以上。

(四) 復出後曾參加過亞運會以上等級之運動賽會。

## 二、研究對象

### (一) 小俐姊

小俐姊曾是一名排球國手，女性，現年 30 歲，1987 年開始接觸專長運動，當時為國小三年級，至 1990 年升上國中之後開始正式專長訓練，一直到 1999 年退休，2002 年時在教練的遊說之下重新復出，並在復出的 4 年期間拿下亞運會第三名的成績（2006 年杜哈亞運），此為小俐姊運動生涯有史以來的最佳成績，該場賽事之後，小俐姊再度宣布退休。

### (二) 小邱

小邱也是一名排球國手，男性，現年 28 歲，1989 年被老師發掘而開始練習排球，並持續專長訓練到 2002 年，後在大學四年級時，因故被迫退休，沈寂至 2006 年時，在師長的協助之下再度復出，復出至今約 1 年的時間，目前仍持續於排球運動，預估 2008 年將第二次退休。

### (三) 小霖姊

小霖姊曾是一名壘球隊國手，女性，現年 34 歲，就讀國中時，本來參與的運動項目為女子曲棍球，1987 年轉為練習女子壘球，並於兩年之後首次當選國手，小霖姊第一段國手生涯持續了 17 年之久，直到 2004 年時首次放棄徵召，進入退休生涯，2006 年時受到教練遊說而決定復出，並且在協助中華隊取得奧運會參賽門票後，再度於 2007 年宣布退休。

## 第五節 研究工具之編製

本節共分三個部分進行討論：一、研究工具編製過程；二、研究工具內容；三、研究工具之檢驗與預試。

### 一、研究工具編製過程

本研究所使用之研究工具為訪談大綱，其內容除配合本研究之目的外，主要係依循 Chow (2001) 之研究模式，以 Schlossberg 轉換模型為編製基礎，並參考呂碧琴 (1990) 與許瀨心 (2005) 以我國退休運動員為研究對象之訪談大綱，藉以彙整發展而來，過程中亦將諮詢相關學者專家意見，修正或增、刪題目以求能達效度。

### 二、研究工具內容

本研究為質性研究，所採之研究工具係為根據研究目的，並參考相關文獻所自編之訪談大綱，內容共分「運動參與經驗」、「運動退休經驗」與「運動復出經驗」、「運動員個人資料」等四大部分，藉以串連起運動員之運動生命史，並輔以 Schlossberg 轉換模型進行檢視。

#### (一) 運動參與經驗

此部分為探究運動員參與經驗，包括影響運動員參與運動之因素、開始專長訓練的年齡、專長訓練年數、運動生涯的困擾因素、環境條件（升學、就職、人際網絡）、是否得到期待的支援系統（教練、父母、同儕、制度）之資源、是否對運動退休有所計劃…等。

## （二）運動退休經驗

此部分為探究運動員退休經驗，包括影響運動員自運動生涯退休之因素、決定運動退休的年齡、運動退休的年數、運動退休初期的感受、運動退休後產生的困擾因素、環境條件（升學、就職、人際網絡）、是否得到期待的支援系統（教練、父母、同儕、制度）之資源…等。

## （三）運動復出經驗

此部分用以探究運動員復出經驗，題目內容包括影響運動員復出運動生涯之因素、決定運動復出的年齡、運動復出的年數、運動復出後產生的困擾因素、環境條件（升學、就職、人際網絡）、是否得到期待的支援系統（教練、父母、同儕、制度）之資源…等。

## （四）運動員個人資料

此部分共有 8 個項目，包括姓名、性別、年齡、專長項目、參與最高運動賽會層級、最佳運動成績、學歷與現職等。

## 三、研究工具之檢驗與預試

### （一）研究工具之檢驗

本研究工具之信度與效度檢驗採專家審查與訪談稿回覆求證，專家審查部分委請指導教授與本研究之口試委員進行問題的修正與建議，以求效度之檢驗。訪談時，則以錄音器材全程錄音，並於事後撰寫成逐字稿，而信度即是採將逐字稿寄回受訪者做確認之回覆求證方式，用以保訪談之真



實性與結果之可信度。

## (二) 預試

預試對象係為曾有復出經驗之甲組校隊運動員 1 名，預試結果以為正式之訪談大綱修正參考。

## 第六節 研究實施程序

本研究在訪談進行之初，先蒐集與受訪者相關之報章媒體報導，以對受訪者之運動生涯做一初步的認識，在取得聯繫且獲得同意受訪後，事先以電子郵件傳送訪談大綱，並告知將採全程錄音及匿名方式進行。

爾後擇定日期與地點完成訪談時，則將訪談內容撰成逐字稿，並以電子郵件的方式寄回受訪者，以確認內容無誤，訪談的實施資料如下表 3-1：

表 3-1 訪談實施

研究對象	訪談日期	訪談地點	訪談時間
小俐姊	2007 年 4 月 26 日	咖啡廳	100 分鐘
小邱	2007 年 5 月 3 日	咖啡廳	90 分鐘
小霖姊	2007 年 5 月 5 日	小霖姊辦公室	80 分鐘

## 第七節 資料處理方式

本研究根據研究目的與研究問題所使用的資料處理係屬質性分析，處理方式如下：

(一) 將訪談內容以錄音方式儲存，並撰寫成逐字稿。

(二) 以質性研究中之開放編碼為原則，找出相關意義的單元後，將其分類。

(三) 依所得結果，對之加以分析與討論。