

## 第壹章 緒論

本章共分七節：首節說明問題背景；第二節說明研究目的；第三節說明研究問題；第四節說明本研究的重要性；第五節說明研究範圍；第六節說明研究限制；末節解釋研究相關名詞。

### 第一節 問題背景

2004 年雅典奧運會，我國跆拳道選手陳詩欣拿下國人期盼已久的金牌，與所有運動員相同的，陳詩欣為奪牌而付出的努力不容抹煞，但其中更令人津津樂道的是，曾為跆拳道逃兵的陳詩欣在復出後如何加緊腳步，迎頭趕上落後的歲月，甚至超越過去，拿下其運動生涯的最高目標—奧運金牌（陳詩欣，2005）。無獨有偶的，陳詩欣不是當年唯一一位重返運動場後，還能於奧運會再創運動生涯高峰的運動員，包括以色列風浪板選手 Gal Fridman 和澳洲跳水選手 Chantelle Newbery，亦都在闊別運動生涯多年後因不同的理由復出，並進而在當年奧運場上奪下光芒耀眼的獎牌（運動神網，2004a；運動神網，2004b）。除了奧運場上，眾所周知的復出運動員還有：美國 NBA 職業籃球選手 Michael Jordan 三度復出籃球場，屢屢再掀美國 NBA 球迷的激情（褚耐安，1999）；法國自由車選手 Lance Armstrong 因罹癌退休，病癒復出竟達成環法大賽 7 連霸，成就令人讚嘆的巨業（徐正揚，2005）；以及法國足球先生 Zinedine Zidane 為 2006 年世界盃足球賽受徵召回到法國國家隊，最後協助法國拿下亞軍…等等（法新社，2005）。

與一般生命週期相同，運動生涯亦可分為導入期、成長期、成熟期與衰退期等四個時期（王宗吉，上課講義，2005年5月24日），多數運動員是在10多歲或是更小的年齡進入運動生涯（王宗吉，2000；Kerr & Dacyshyn, 2000），除了先天出眾的生理條件，運動員為了得到更優異的運動成績，達成其目標，更必須經歷重重嚴苛的訓練。然而，大部分的運動員卻在2、30歲的成年期初期—在某些運動中甚至會發生於20歲之前—因為生理、心理或社會層面等各種因素，造成運動員決定結束專長訓練或退出比賽，此過程即所謂「運動退休」（athletic retirement）（王宗吉，2000；呂碧琴，1990；Kerr & Dacyshyn, 2000；Sinclair & Orlick, 1993）。另一方面，亦有研究認為，運動退休應係指運動員在達到一定的運動年限與顛峰之後退出運動生涯者，方可稱為「退休」（李毓國，1996），因此，對照起運動生涯的四個時期，運動退休多半會發生於運動生涯的成熟期或衰退期。若以此生涯模式觀察復出運動員的生涯轉換可知，這些運動員係在前一段運動生涯的成熟期或衰退期退出，而後經歷一段運動退休的轉換期，於該其間中，運動員因受某些因素影響決定重返運動生涯，亦即重新踏上導入期、成長期、成熟期及衰退期的循環，相較於一般運動員，復出運動員如此特殊的經歷常被認為擁有較成熟的心理素質與豐富的參賽經驗。

由前述的運動員經驗發現，有些復出運動員在運動場上的耀眼表現並不亞於一般運動員，也因此，過去常可自各式媒體的報導得知退休運動員

因各種因素而復出的消息。例如，原大陸籍之退休舉重選手黎峰英，因嫁於我國籍丈夫，並希望及早取得居留權，於 1997 年重新復出，且於 2000 年的雪梨奧運會奪得一面銀牌（黃仁秀，2004）；1998 年，大陸知名跳水運動員熊倪與伏明霞原為求學而離開運動生涯，先後因受到遊說與忘不了對運動的熱愛，決定再登跳水臺（師旭平，2000；賴清宮，2000）；2005 年，同為大陸籍的羽球選手龔智超則是為了賽事成績受到徵召，復出運動場（新浪網，2005a）。

從上述可知，如同影響運動員退出運動生涯的因素一般，能夠促使運動員復出運動生涯的因素也是相當多元，且在過去研究認為，當運動員因為某些理由退休，其退休後可能在生理、心理或是社會等層面產生各種困擾（Pearson & Petitpas, 1990; Webb, Nasco, Riley, & Headrick, 1998），但當退休運動員因各種不同的因素復出時，是否也會發生類似的情形卻因至今仍無相關研究，尚無法得知。

另一方面而言，雖然經驗與心理素質是復出運動員較為人所知的優勢，但退休後生理上因為停止專長訓練所產生的退化，或是其他隨著社會角色改變所衍生各方面的問題，都有可能成為此類運動員復出路途上新的困擾因素。例如我國的跆拳道選手陳怡安，在退休數年後，在教練遊說之下而決定復出，但後來因腳傷影響國手選拔，不得不宣告復出失敗，並且再度退休（中國時報，2004）；此外，在研究者於 2006 年對兩位復出排球

運動員的訪談中發現，兩位運動員在復出後主要的困擾因素皆來自職場與運動員身份的衝突（許凌岑，2006）。因此，無論是退出或是再進入運動生涯，運動員都面臨了生涯轉換（career transition）與適應（adaptation）的議題。

近 20 年來，針對運動退休的議題已有多篇研究進行探討，也發展出不少相關理論，其中在適應的部分，Schlossberg（1981）提出的 Schlossberg 轉換模型（Schlossberg's transition model）被其他研究者運用在解釋運動退休的適應情形上，都有相當良好的結果，包括 Swain（1991）、Wheeler, Malone, VanVlack, Nelson, and Steadwead（1996）以及 Chow（2000）等，研究對象涵蓋曲棍球、馬球、羽球、保齡球、柔道、划船、劍術等種類的男、女一般及適應體育運動員。Schlossberg 轉換模型主要係探討轉換歷程中內在的個人特質、對轉換的知覺感受與外在的轉換前後之環境特質，並從中依據個人所得之資源與困擾因素之間的平衡情形，以及轉換前後對環境的知覺感受、所得支持與個人的異同來檢視適應情形。在 Chow（2000）的研究中，不僅以 Schlossberg 轉換模型去探討女性運動員運動退休過程中的適應情形，同時以生命史（life history approach）的研究方式，透過訪談與對話，記錄研究對象的生命而加以研究，其中包含個人的生命故事、所面臨的社會與文化情境以及這些經驗與情境的順序性，藉以與 Schlossberg 轉換模型搭配，以更詳盡地進行探討。

熊同鑫（2001）認為，生命史研究包含了研究對象的生命故事與研究者的整理觀點，是研究者與研究對象共同面對生命歷程的研究。蔡錦美（2003）則認為，生命史研究是縱貫式的，且關心個人生命歷程中各段經驗之關聯性，並注重研究對象在個人經驗中如何重新建構自我與詮釋生活事件，強調個人觀點之呈現。曾春榮（2004）提出，生命史是將個人如何看待自己、生活情境，或是事過境遷之後對所處世界抱持的特定觀點加以呈現出來，與其他個人文件之不同處在於生命史是被人誘發的，以書寫或者口述形式呈現出個人生命的整體或部分的回溯性資料。

綜上所述，由於目前國內尚無針對運動員復出後適應歷程之研究，而研究者認為運動生涯之內涵具有相當的特殊性，且運動復出亦可視為運動生涯轉變的一種，故本研究先以訪談資料建立優秀運動員之運動生命史，同時輔以 Schlossberg 轉換模型（1981，1984）之模式探究運動員復出歷程中面臨到的轉變與滋生的困擾，分析其因應策略與所需資源，進而再對現行之體育政策進行檢視，最後提出策略與建議。

## 第二節 研究目的

基於上述之問題背景，本研究具體之研究目的如下：

- 一、瞭解復出優秀運動員之運動生命史。
- 二、探究優秀運動員在運動生涯轉換時所面臨之內、外在環境轉換特質、因應策略與知覺感受。
- 三、探討復出優秀運動員復出後困擾因素與所得資源之間的損益平衡情形。
- 四、檢視我國現行體育政策，提出有助於協助復出運動員適應之策略。

## 第三節 研究問題

本研究之研究問題則根據研究目的而來，茲分述如下：

- 一、復出優秀運動員之運動生命史為何？
- 二、優秀運動員於前段運動生涯至運動退休的轉換期中，所面臨之內、外在環境要素為何？其因應策為何？
- 三、優秀運動員於運動退休至運動復出的轉換期中，所面臨之內、外在環境要素為何？其因應策為何？
- 四、優秀運動員復出後困擾因素與所得資源之間的損益平衡情形為何？
- 五、我國現行體育政策是否能協助優秀運動員適應運動復出？有無不足之處？

## 第四節 研究的重要性

為瞭解復出運動員之生涯轉變歷程，並探究其於歷程中所面臨之困擾因素與所得資源之間的損益平衡情形，進而檢視國內相關之體育政策，本研究將對復出運動員的運動生命史應用Schlossberg轉換模型（1981，1984）進行分析，本研究之重要性可由學術及實務兩方面進行討論，分述如下：

### 一、在學術上的重要性

回顧國內運動環境，運動員屢屢因兵役、畢業、制度…等各種問題，於仍屬顛峰時期的20-30歲之間退出運動生涯（呂碧琴，1990；李韻如，2002；陳聖芳，1997；許樹淵，1993），此現象對於國內運動人才的培育投資可算是相當大的損失，也無益於提升我國在國際上的體育競爭力。另一方面而言，目前國內、外皆有復出運動員活躍於體壇，且紛紛傳出佳績，從這些例子可以得知，復出運動員仍然具有超越顛峰的能力，依舊是值得被期待的。

儘管如此，國內相關著述仍以一般新聞媒體報導、個人傳記為多，學術上的研究屈指可數，近年來僅見謝佳男（2001）所著之碩士論文〈運動之路的起伏與調適——八位體育保送生的經驗〉一篇略有所提，唯其內容仍未針對運動員復出後實際情形進行深入之探究。因而，本研究將以質性研究的方式進行，期能補足國內目前在此領域之不足。

### 二、在實務上的重要性

從2004年奧運會之復出運動員的奪牌情形觀來，儘管這些運動員所佔數量比例較少，仍不啻是可利用的資源，唯另一方面而言，雖然復出運動員的經歷相較於一般運動員儼然是種助力，卻也可能成為其阻力。是故，本研究將對運動員在復出歷程中產生的困擾因素進行分析，試圖找出能夠協助運動員適應復出後環境改變的因應策略與資源，以作為體育行政主管機關之參考，期能在提昇我國運動競爭實力之實務上有所貢獻。

## 第五節 研究範圍

本研究之範圍可分為三部分，分別為主題範圍、對象範圍與時間範圍，分述如下：

### 一、主題範圍

本研究以我國運動員之運動復出歷程之經驗為研究主題，結合 Schlossberg 轉換模型與生命史的研究方式，對其運動復出歷程經驗進行質性研究，以期瞭解運動員在復出運動歷程中所面臨之困擾因素與所需資源為何，並提出協助之策略。

### 二、對象範圍

由於過去曾有研究指出，一般校際運動水準之運動員在面臨運動生涯轉換時，相較於其他未參與運動之同儕並無顯著差異（Snyder & Baber, 1979），是故本研究將以國內運動員分級制度為基礎，選擇隸屬優秀運動員第一級的高運動水準之運動員為研究對象，亦即是現任或曾任國家代表隊



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。本研究對象以復出優秀男、女運動員 3 名進行深度訪談，探討其運動參與、運動退休與運動復出經驗，以建立復出優秀運動員之運動生命史。

### 三、時間範圍

2006 年 9 月始，至 2007 年 5 月 31 日為止。

## 第六節 研究限制

本研究以運動員復出歷程之經驗為研究主軸，研究者雖縝密掌控研究流程與架構，但研究上仍受四點限制如下：

- 一、本研究為針對符合研究範圍之對象所進行之研究，因而研究結果僅供同類型運動員參酌。
- 二、過去與本研究相關之文獻在數量上較為薄弱，因此，本研究僅就研究者所得之中、英文文獻進行探討。
- 三、訪談過程中，研究對象可能受到個人情緒或其他非研究者可控制之因素影響，對訪談之問卷回答內容有所保留，本研究僅能假設受訪者皆真實作答。

## 第七節 名詞釋義

本文提及之重要名詞包括優秀運動員、運動退休與運動復出，分別解釋如下：

### 一、優秀運動員 (elite athlete)：

本研究所指優秀運動員，係指依據行政院體育委員會於 1999 年提出的「我國選手培訓分級制度」內定義之第一級選手，現任或曾任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（監察院教育及文化委員會，2001）。

### 二、運動退休 (athletic retirement)

參酌過去研究，一般學理上稱運動員面臨年齡老化、運動傷害、家庭、職業、技術或是競賽壓力等生理、心理或社會層面的因素時，決定終止專長訓練和參賽的過程為運動退休（呂碧琴，1990；Baillie & Danish 1992）。本研究為排除優秀運動員對運動退休認知的不決定性，研究者決定剔除因「未入選」而退休者，並且其終止運動時間需達一年以上。

### 三、運動復出 (reentry of the sport)：

本研究依據研究目的，將運動復出定義為退休一年以上之運動員，因各種因素終止運動退休歷程，重新展開專長練習與參賽之運動生涯的過程。

### 四、運動生命史 (athletic life history approach)

本研究所指之運動生命史係指透過訪談與對話，記錄運動員的運動生

命經驗，包含運動員個人的生命故事、所面臨的社會與文化情境以及這些經驗與情境的順序性，並以運動員參與運動為起點，強調生涯中與運動相關的部分，藉由研究者的引導，運動員回顧並陳述從過去到現在的運動生涯歷程。