

## 第一章 緒論

### 第一節 研究背景與問題意識

家父是位優秀的標槍選手<sup>1</sup>，對於自己的技術，他不但很有信心，更有相當深入的瞭解與掌握，這一點在聽他講解動作時可以明顯的感受到。透過他的說明，一套技術儼然成爲一個完整而清晰的體系，其中每一個環節的動作都與其他的動作或意念環環相扣，形成一張錯綜複雜卻又非常嚴密的網路。父親常說，一個好的教練，不僅要能夠示範，而且還要能夠講得出來。他始終相信，只要教練表達得夠清楚，學習者就能夠理解、體會。

的確，在我所接觸過的眾多運動教練當中，父親稱得上是表達能力最強、觀念也最清楚的一個，我也因此獲益良多，然而不可諱言的是，在技術傳承的過程中，仍然遭遇過不少困難。

最令我困惑的情況是，儘管父親示範得再怎麼清楚、說明得再怎麼詳盡，我似乎就是沒有辦法直接體會他所表達的那個要領，而總是只能大致描繪出一個模糊的影像。由於無法完整的把握動作的要領，在練習時，也就頻頻遭遇瓶頸甚至受傷，然而有趣的是，似乎只有在遭遇瓶頸或是受傷之後，我對該要領才能有更進一步的理解。

---

<sup>1</sup> 請參閱第三章第一節，有關於研究者父親的介紹。

日子久了，由於經歷了無數次的練習、突破了不少瓶頸、也累積了許多傷害，我似乎愈來愈能夠把握該要領的精髓了。然而相對的，我也愈來愈沒有把握自己能夠真正理解父親的技術了。畢竟隨著經驗不斷的累積，自己對該技術的體會似乎也總會跟著不斷加深，但卻又不斷發現新的、尚未理解的部分，這樣一直發展下去，好像永遠沒有盡頭似的...

理解究竟是怎樣的一種現象？為何我就是無法直接理解父親的標槍技術？

是否只要能夠客觀而清楚的呈現出整套技術的面貌，該技術就能夠讓人直接理解呢？那麼，是否父親的說明與示範還不夠清楚？是否他忽略了或是誤解了某些細部的環節，才導致我在理解上的困難呢？若真如此，如何才能將其技術忠實的呈現出來呢？為此，我曾經求助於講求客觀的運動科學研究方法。

的確，相較之下，運動科學研究往往採用較精準的儀器設備、較嚴謹的實驗流程、最後得出客觀的數據，因此，其方法「理當」能完整而客觀的呈現出運動技術的樣貌。然而事實上，要用這樣的方法來研究父親的標槍技術，卻似乎有相當的困難，而且，過去拜讀科學研究的經驗告訴我，即使完成了某種程度上的研究，似乎也比不上父親自己的說明與示範來得容易理解或接受。

這樣的經歷讓我更加納悶了！運動技術的理解究竟是怎麼樣的一種現象？

為什麼對我來說，客觀的科學研究成果卻反而比不上父親的示範與解說？難道除了文本的客觀性之外，還存在其他促成理解的要素嗎？這些要素的存在是合法的嗎？又是如何產生作用的呢？

後來，我接觸到高達美<sup>2</sup>的詮釋學，他的遊戲理論恰好說明了，理解並不是直接將文本複製到自己身上，而是在理解者與文本間——即遊戲者與遊戲對象間——不斷辯證、融合的過程。在理解的遊戲中，理解者的主觀因素扮演了相當重要的角色，它使理解成爲可能，卻也同時限制了理解的範圍。因此，當理解者的主觀因素與文本相去太遠甚或相互抵觸時，遊戲便難以進行，文本也因而成爲難以理解的。

然而高達美的遊戲理論畢竟是以文本爲主要的探討對象，我是否能夠直接用它來說明運動技術的理解過程？有沒有需要補充或修正的地方？還有待進一步的驗證。因此，我決定以高達美的遊戲理論爲主軸，重新反省、研究自己學習標槍技術的過程，釐清其中主觀因素與理解對象之間錯綜複雜的關係，並與高達美的理論相對應。

---

<sup>2</sup> 高達美（Hans-georg Gadamer 1900-2002）德國哲學家、語文學家，師承海德格並將其詮釋學理念發揚光大。1960年寫成的《真理與方法》爲其代表作品。

## 第二節 研究目的與研究問題

本研究的目的有二。首先，我希望能透過高達美的遊戲理論，來認識自己學習標槍技術的過程，釐清其中不同的理解對象與主觀因素之間的關係，以及彼此交互作用的過程。其次，在掌握這樣一種理解遊戲的運作模式之後，我將試圖將其應用於體育運動領域，指出在教學與競賽的情境當中，我們應當如何利用高達美的遊戲理論，來增進我們對運動技術的理解、並提升運動表現。

根據上述研究目的，擬定本研究的具體研究問題如下：

- 一、從高達美的遊戲理論來看，我學習標槍技術的過程為何？
- 二、如何運用高達美的遊戲理論來促進運動技術的傳承，或提升運動表現？

## 第三節 名詞釋義—理解 vs. 學習

一般而言，對運動技術知識性的「理解」與身體性的「學習」屬於兩種不同的層次，不能一概而論。然而本研究所欲探究者，乃運動理解（學習）過程中主體與客體遊戲、融合的過程，就此而言，理解與學習應具有相同的機制。是故，在本文中，雖然依語境的不同而時有「理解」與「學習」交錯出現的情況，然而兩者所意指的對象其實可視為同一件事。

## 第四節 研究範圍

### 一、標槍技術

本研究所探討之標槍技術，以研究者目前已習得者與曾經接觸者為限，研究文本包括父親的講解、示範、研究者所做的札記以及所查閱的相關資料。其他研究者所未曾接觸過的標槍相關理論或是技術，皆不在本研究討論的範圍之內。

### 二、遊戲理論

本研究所探討的遊戲理論，以高達美哲學詮釋學的主張為限，至於其餘各家不是以理解現象為探討對象的遊戲理論，不在本研究的討論範圍之內。

## 第五節 研究限制

本研究的理論基礎主要是來自於高達美的哲學詮釋學。然而其原著是以德文寫成，研究者礙於語言能力不足，無法直接閱讀原典，而只能求助於中、英文的翻譯書籍與二手資料。其中或許有所疏漏、謬誤，將直接影響研究結果之正確性，此乃本研究之重大限制。

## 第六節 研究的價值

本研究證成運動技術學習者本身主觀因素的重要性，並揭示運動技術的學習為一主客體間不斷遊戲、融合的過程。這樣的研究結果，相信將能夠提供給運動技術的教導者或學習者一個新的思考方向，在未來的教學之路上，給予自己和他人的主觀因素一個新的定位，同時也可以從另一個角度看待客觀的科學研究成果的價值與作用。

不同於運動生物力學的客觀分析，本研究以敘說的方式呈現出運動技術學習的歷程，在故事中逐步拼湊出該技術的樣貌。這樣的研究方法，或許可供後續的運動技術研究者作為參考。

詮釋學原以文字性的文本為主要探討對象，本研究試圖將其應用於運動技術的理解現象中，並嘗試以繪圖的方式說明其運作模式，或許可為日後詮釋學的相關研究提供一些新的思考方向。