



國立臺中教育大學 體育學系學刊

第六期



中華民國一百年六月

國立臺中教育大學體育學系印行

發刊語

國立臺中教育大學體育學系學刊創刊至今已經六期，一至三期原收錄綜論性質的文章，從第四期開始決定改變編輯的方向，僅收錄與體育運動相關研究的原創性論文，界定了來稿的範圍，也聚焦了學刊的視角；這樣的改變不僅提升了論文的品質、塑造了論文的一致性，亦大大提升了本學刊的學術水準。

作為體育學術研究發表的平台，本學刊確實提供了一個優質的發表空間，兼顧自然科學與人文科學的論文篇幅，使得體育學術研究工作者更加認同本學刊。

「改變」需要適應，也需要勇氣，在編輯期刊的過程中，這樣的感覺更是明顯，從徵稿的募集，審稿的來來回回，論文作者的理性答辯與概念修正，論文的再精緻化，每一個環節都緊扣在一起，朝著提升學刊的品質與精緻而前進，透過眾人的辛勤耕耘，收穫也逐漸明朗。

本期學刊收錄了自然科學、人文科學、社會科學等不同的論文內容及論證形式，閱讀者可從每一篇研究的細節當中吸收不同的知識結晶及作者所欲表達的論文觀點。也因此，對於體育學界而言，本學刊也有了一定程度的貢獻，並一齊為提升體育學術研究的品質而持續努力。

體育學系系主任

呂香珠 謹識

國立臺中教育大學體育學系學刊

第六期

中華民國一百年六月出版

目錄

洪子程 李炳昭	
我國奧會歷史發展之探討.....	3
李國維 陳瑩峰 許國龍 王世緯	
A Comparison of International and American Students to Reuse University Recreation Center.....	16
吳明蒼	
幸福感與休閒參與、休閒滿意關係之研究.....	25
李佑峰	
教練 / 球員的身體敘說--看見身體的實踐知識.....	35
黃憲鍾	
男子青少年羽球運動員全人健康生活型態現況調查研究.....	54
劉宏裕	
全球化發展下兩岸運動競技交流之探討.....	65

我國奧會歷史發展之探討

洪子程 李炳昭
國立臺中教育大學

摘要

本研究旨在探討我國奧會成立至今所經歷的重要事件、發展過程及會籍名稱演變。本文使用歷史分析法，藉由相關文獻蒐集，進行分析和詮釋。研究發現：一、1949 年中共政權成立於中國大陸，同年國民政府退守臺灣，為日後「兩個中國」（臺灣、中國參與國際運動事務）問題之始因。二、我國尚未與國際奧會簽訂奧會協議前，曾因名稱問題二度（1959 及 1979）遭到會籍中止。三、我國奧會於 1981 年與國際奧會簽訂奧會協議，使用「中華臺北」之奧會模式，至今已有 30 年歷史，除了運動組織以外，其他非運動組織亦採用奧會模式作為國際場域運作之基礎。

關鍵詞：奧會協議、中華臺北、奧會模式

壹、前言

1922 年 4 月 3 日，中華業餘運動聯合會(China National Athletic Federation)成立於北京(劉進枰、蔡禎雄，1993a)，此為中華奧會最早使用之名稱。此名稱於同年被國際奧會承認為中國奧林匹克委員會(Chinese Olympic Committee)使我成為國際奧會成員之一。國際奧會組織由國際奧會委員所組成，委員的選定權在國際奧會而不在各國。各國家或地區可以組織奧林匹克委員會，以發展各該國家或地區之奧林匹克活動。但此等奧會必須依照國際奧會之規定組成，並有效控制其管轄地區，方能向國際奧會申請承認。這些奧會即稱為國家奧會(National Olympic Committee)。國際奧會對國家奧會的承認，並不代表亦對該「國家」的承認。被承認的國家奧會享有參家奧運會的權利，也有遵守國際奧會各項規定的義務。我國在合乎上述原則之下，於 1922 年獲國際奧會承認(林國棟，1987)。1924 年，由國人自組「中華全國體育協進會」在南京成立，但對國際間仍延用中華奧會會名，在國內則以「全國體協」會名推動民間體育活動，因此自 1922 至 1959 年期間，中華奧會與全國體協是一體兩面，中華奧會雖已獲得國際奧會承認，但在國內體育界只知道中華全國體育協進會(湯銘新、洪義筌，2008)。

貳、命途多舛的中華奧會

中華民國(Republic of China)自 1922 年成立「中國奧林匹克委員會」(Chinese Olympic Committee)，即原中華業餘運動聯合會(China National Athletic Federation)，同年隨即獲得國際奧會承認，此名稱使用直到 1959 年止(李炳昭，2008)。抗戰期間，中華全國體育協進會在重慶依非常時期人民團體組織法改組，將董事長改稱為理事會。當時郝更生先生任教育部督學，主管全國體育行政，除將體協由上海遷往重慶外，抗戰勝利後又遷至南京，最後再遷來臺灣(徐文慶，1992)。1949 年中共政權成立於大陸，同年國民政府退守臺灣，我奧會則於 1951 年初在臺復會，並向國際奧會報備稱「我國奧會 26 位委員中，已有 19 位遷居臺灣，故將會址由南京遷至臺灣」，國際奧會一向尊重各國家奧會，隨即核備我會址變更(湯銘新、洪義筌，2008)。然而當時若非郝更生先生及時將體協會址遷移到臺灣，且向國際奧會報備，當時我國在奧會之地位及權益，早為中共取代(吳文忠，1981；黃瓊儀，2008)。民國三十八年國土分裂為中國大陸與臺灣之後，對外的各項名稱起初並不明顯，影響亦不大。但自第二次世界大戰後，世界各國注意到維持世界和平是人們需要的，國民體育外交的建立、聯絡與互訪是其趨勢。因此，代表國家的名稱、旗歌便成為一項嚴肅、而且是對自己國家的尊重和顏面的問題(徐文慶，1992)。

我國負責推動全民體育運動之全國性人民團體，為「中華全國體育協進會」，對國際體育運動組織聯絡時，則使用「中華全國奧林匹克委員會」名義(湯銘新、洪義筌，2008)。並以此名加入國際奧會會員，所以國際奧會所發行之公報，無論該會委員名單，及各國奧林匹克委員會名單，均將我國國籍之委員及我國奧林匹克委員，冠以「中國」這個名稱(吳文忠，1981)。1947 年，中華全國體育協進會遷臺，中共全國業餘聯合運

動總會亦於 1950 年組成。因此，我國與中國大陸之爭及代表的名稱問題自此展開，雙方在國際奧會開會期間提出不同的見解與說明，雖然當時在國際競賽中參與不多，可是開會討論辯解此名稱時，確實投資不少人力、物力及經費，究其根本問題，就是名要正，亦即國名、國號及旗歌等名稱的問題（徐文慶，1992）。

1949 年中共政權正式成立，國共分裂已成定局。1952 年，奧運會主辦國芬蘭因與中國有正式外交關係，便邀請中共與會，未邀請我參與，因而遭到我國體育協會總幹事郝更生先生嚴正抗議，之後雖能參加賽事，但是必須將我國奧會名稱改為「臺灣」或「福爾摩沙」。隨後在國際奧會年會中，宣佈雙方皆可參加（張啟雄、潘光哲，2005）。在「漢賊不兩立」的情形下，我國退出該屆奧運會（湯銘新，2008）。1954 年國際奧會在雅典舉行第 49 屆年會時，中共的奧會獲得承認（23 票同意 21 票反對），名稱為中華人民共和國奧會（People's Republic of China Olympic Committee）（林國棟，1987）。此為國際奧會中同一國家出現兩個國家奧會的先例。同時也是首次違背奧林匹克憲章之規定（劉進枰，2007）。

1956 年，第十六屆奧運會在澳洲墨爾本舉行，中國因我國的參加而退出比賽，但是當時在國際奧會仍是「中國奧林匹克委員會」與「中華人民共和國奧會」並存的時期。1958 年，中共再度以政治為由反對國際奧會承認我國會籍，在多次排我未成之下，乃指責美國籍國際奧會主席布倫達治，企圖以政治手段在國際間製造「兩個中國」，並宣布退出國際奧會以及八項國際單項運動協會（張啟雄、潘光哲，2005）。在 1959 年以前，「中華奧會」的會籍與名稱皆為國際奧會所承認，中國在退出國際奧會後，積極利用與蘇聯的友好關係，對國際奧會施壓，逼使國際奧會在 1959 年慕尼黑第五十六屆年會中，蘇俄及東歐集團之委員聯合提案「會址設於臺北之中華奧會因未能控制中國大陸的體育」，不能以這個名稱繼續被承認，於是我奧會必須改變原中國奧會的會籍名稱（劉進枰、蔡禎雄，1993a），且在名稱易於混淆之下，要求我國以其他名義重新申請入會，並暫停對我國奧會的承認，這是我國奧會會籍因名稱問題第一次遭到中止（張啟雄、潘光哲，2005）。

遭到挫折不願就此放任自流，我國奧委會於 1959 年 6 月 8 日召開臨時會議，決定將會名改為「中華民國奧林匹克委員會」（Republic Of Chinese Olympic Committee）向國際奧會重新申請，但卻得不到國際奧委會同意（李炳昭，2008）。理由是國際奧會認為我奧會有效控制地區僅及於臺、澎、金、馬等地區，故建議臺灣必須使用「臺灣」或「福爾摩沙」的名義參加比賽活動，該項建議並未獲得臺灣採用，於是臺灣會籍名稱問題自 1960 年起遂懸而未決（王振烽，2008；黃瓊儀，2008）。1960 年，我奧會於國際奧會在羅馬舉辦第 58 屆年會中，再次以前述名稱「中華民國奧林匹克委員會」提出申請，國際奧委會認為我國奧會有效控制臺灣地區（臺、澎、金、馬），同意我奧會使用上述名稱，唯必須使用「臺灣」或「福爾摩沙」的名稱參加比賽（湯銘新，2008）。

1963 年 10 月國際奧會第 60 屆年會在德國巴登巴登舉行，會中再次討論我國會籍名稱問題，在我體壇人士努力奔走之下，當時出席的國際奧委員 50 位當中，以 34 票對 15 票，三分之二的絕對多數，通過我國在 1964 年茵斯布魯克第九屆冬運會，以及第 18 屆東京奧運會中，可以配戴「R.O.C.的標誌」，但在大會公報或文件上，為免與中國大

陸混淆不清，會籍名稱仍列「臺灣」（劉進枰，2007）。其後，國際奧會在 1965 年馬德里、1966 年羅馬、1967 年德黑蘭及 1968 年格倫諾貝爾舉行四次會議，會中雖一再談論到所謂的「中國問題」，但未再做出任何改革性決定（劉進枰，1995）。1960 年到 1968 年，我國都以「中華民國」加註「臺灣」的名義先後參加了三屆奧運會（劉進枰、蔡禎雄，1994）。而在 1968 年墨西哥奧會舉辦前的第 67 屆國際奧林匹克會議中，在我國奧委會成員努力之下，結果以 32 票對 10 票獲得同意，以「中華民國」名義參賽，簡稱 China R.O.（湯銘新、洪義筌，2008）。我奧會名稱獲得暫時解決，而在 1972 年的第二十屆慕尼黑奧運會中使用「中華民國」的名稱不用加註「臺灣」。這也是我國繼 1956 年墨爾本奧運會，再一次使用「中華民國」名稱參賽（劉進枰、蔡禎雄，1993b）。雖獲正名成功，此名稱僅使用三次，分別在 1972 年札幌冬運、慕尼黑奧運以及 1976 年茵斯布魯克冬運。隨後，因我國退出聯合國，又面臨會名、會旗與會歌等政治問題（湯銘新，2008）。

1971 年，美國與中共，中共與蘇聯的關係發生變化，美國開始打「中國牌」，試圖聯合中華人民共和國以抵制蘇聯。同時，在當年的聯合國大會情況也有了重大變化，數個方案都被併案提出討論：首先，是阿爾巴尼亞等 23 國支持中共，主張讓中華人民共和國進入聯合國，排除蔣介石政權，這是第一個方案。第二個方案是美國等國家所提出的「兩個中國」案，主張讓中華人民共和國進入聯合國，但是要繼續保留中華民國的席次。另外，尚有由沙烏地阿拉伯所提出的「一中一臺」案，主張由中華人民共和國取得中國代表權，包括安全理事會的席位，但是，臺灣應繼續以臺灣的名義身份留在聯合國之內。同時，為落實人民自決的原則，尊重臺灣人民的自由意願與選擇，應在聯合國主持下在臺灣舉行公民投票決定臺灣的將來方式（陳隆志，2001）。1971 年 10 月 25 日，聯合國大會首先就阿爾巴尼亞案投票，以三分之二的多數通過「容共排蔣」的第 2758 號決議：中華人民共和國進入聯合國，並「驅逐蔣介石代表」。（在大勢已去尚未投票之前，蔣介石政權的代表就退出大會會場）。1971 年這年局勢逆轉，過去聯合國中，中華民國被認為是中國唯一的合法政府。但是在第 2758 號決議通過後，中華人民共和國在聯合國成為中國唯一的合法政府。不但如此，其他聯合國體系的相關國際組織也都先後由中華人民共和國取代中華民國（陳隆志，2001）。在眾多國際組織中當然也包含了國際奧委會。

中共進入聯合國，我奧會會籍問題隨之局面逆轉。在此期間，中共除不斷利用各種手段壓縮我運動員參加國際活動空間，企圖在國際間孤立我國之外，同時聯合其友邦向國際奧會施壓，企圖逼使國際奧會比照「聯合國代表權」方式，由對岸運動組織取代我奧會會籍。另外在國際各種運動總會裡，也運用其政治外交的優勢，要求各會員國政府影響各該國運動協會，在國際各項運動總會中排除我國會籍（趙麗雲，2001）。奧林匹克憲章規定：「一個國家奧會所屬的各單項運動協會，如在國際總會中失去少於五種項目的會員資格時，則該國家奧會將不被國際奧會承認。」因此中國為了排擠我國，於 1972 年十月在墨西哥舉辦的國際排球總會中，以中國排球協會取代中華民國排球協會，此一先例亦造成日後各國際運動組織相繼仿效（湯銘新，2008）。1973 年 9 月亞洲運動協會執委會會議上，伊朗及日本提案排我未果，但在 11 月德黑蘭特別會員大會中以

三十八比十三票通過。此後，自 1973 年起，我在國際及亞洲之足球、籃球、排球等總會及協會會籍，相繼以聯合國「一個中國」代表權理由，先後被中國取代（張啟雄、潘光哲，2005）。在此國際不利環境下，仍極力維護我各單項協會原有會籍，並積極爭取新會籍，包括雪橇、雪車等臺灣少見的運動（劉宏裕，2007）。表 1 為當時我國與中國在國際單項總會的參與情形。

表 1 兩岸國際運動組織參與情形

組織名稱	我單獨為會員	中國單獨為會員	雙方均為會員	備註
拳擊	○			中國尚未申請加入
柔道	○			中國於1980年申請加入亞洲柔道協會，該會大會決定延期審議。
馬術	○			
帆船	○			中國已提出入會申請，惟該會認為不應附有條件。
雪橇	○			中國迄未申請加入
雪車	○			中國
籃球		X		原會籍於1976年遭排除。
排球		X		原會籍於1972年遭排除。
角力		X		原會籍於1974年遭排除。
舉重		X		原會籍於1974年遭排除。
體操		X		原會籍於1979年遭排除。
滑冰		X		我國申請加入未獲通過。
輕艇		X		我國尚無此單項組織。
划船		X		我國尚無此單項組織。
擊劍		X		我國申請加入未獲通過。
冰球		X		我國尚無此單項組織。
田徑			△	1979年遭受排除，嗣進行訴訟獲勝，恢復會籍，惟國際田徑總會仍在上訴中。
足球			△	1980年大會通過決議要求我改變名稱及限制我使用國家標誌。
自行車			△	1979年8月大會通過決議要求我改名及禁我使用國旗國歌。
游泳			△	1980年後改選之新理事會通過決議要求我改名並禁我使用「中華民國」之標誌。
現代五項			△	該會本年十月大會已決定納中國惟不接受其加入條件。
射箭			△	1979年大會通過允中國入會之決議，嗣理事會決定要求我改名及禁用我國旗國歌。
射擊			△	本年大會通過那匪案並對我要求改名，至旗歌問題則未做明確之決定。
手球			△	該會1980年大會決議接納中國為會員，並要求我改名，唯未涉及使用旗歌問題。
曲棍球			△	本年大會通過中國案並對我要求改名，至旗歌問題則未做明確之決定。
滑雪			△	已通過入中國會，惟仍維持我原有名稱，迄未涉及使用旗歌問題。
總計	6	10	10	以上我保有會籍16個，中國有會籍20個，雙方均有會籍10個。

資料來源：徐亨(1980)，引自劉宏裕(2007，頁60)

從當時整個國際情勢發展來看，國際運動組織已經逐漸接受中共的加入，甚至整個國際社會已經漸漸失去「中華民國」的生存空間，何時會被國際奧委會排除，恐怕只是遲早的問題（劉進枰、蔡禎雄，1993b）。另一方面，IOC主席對我國的會籍問題，亦扮演著極重要角色。1952-72年期間，布倫達治(Avery Brundage)擔任國際奧委會主席，布氏在位後期因中共在IOC屢次發表排除「中華民國」的言論，和其「政治不介入體育」的理念相左，以致使他對中共存有成見。相對於對我國的友善，同樣是基於時代背景的理由外，我國並沒有特別令布氏反感的舉措，應該是原因之一（劉進枰、蔡禎雄，1995）。1972年，愛爾蘭籍委員基蘭寧(Lord Killanin)先生繼任ICO主席，基氏在位期間多次公開主張應由中共代表「中國」，使我國在國際奧委會中地位受到威脅（劉進枰，1997）。

叁、中華奧會退出蒙特婁奧運會、名稱更改與會籍中止

1976年，第21屆蒙特婁奧運會，中共向加拿大政府施壓，強迫加國政府要求我國不得使用「中華民國」之國名、國旗，以阻撓我國選手參加奧運會，否則，中共將取消他們和加國政府所訂購小麥的合約（劉進枰、蔡禎雄，1993b）。於是，加國政府於奧運會開幕前通知國際奧委會，不准中華民國以R.O.C名義參賽。此舉動引起軒然大波，幾乎令該屆奧運停擺。迫使IOC必須正視，立即解決「一個中國政策」的困境，以免舊事重演（劉進枰、蔡禎雄，1994）。於是當時奧會主席基蘭寧在洛桑抨擊加拿大拒絕中華民國運動員入境，有違奧林匹克原則，國際奧會同時亦發表了新聞稿『國際奧會於蒙特婁奧運會開幕前數週收到加拿大外長來函』：「加拿大承認中華人民共和國的事實，絕不允許中華民國代表團進入加拿大，不能依據國際奧會的規章使用他們的國旗、國歌等」（劉進枰、蔡禎雄，1993b）。以此，基氏立即向加政府提出抗議，強調早在1970年申辦奧運時保證所有國際奧會承認的國家奧會均可憑奧運身份證進入加拿大參賽，加拿大政府此舉違反奧林匹克的基本原則--不允許因種族或政治為由歧視任何國家和個人，國際奧會所承認的國家奧會，並不代表政治上的承認（湯銘新、洪義筌，2008，頁67）。

1976年7月16日國際奧會第78屆年會中，要求我代表團以使用「臺灣」名稱之提案列入表決，加拿大政府受國際輿論壓力稍作讓步，投票結果以58票贊同、2票反對定案，我代表團則不甘受到政治歧視，宣佈退出該屆奧運會（劉進枰、蔡禎雄，1993b；劉進枰，2007）。雖然IOC主席基蘭寧曾為此一事件而盡心盡力，但我國終未接受投票表決結果，以致基氏和部份IOC委員對我國十分不滿，種下基蘭寧解決「兩個中國」問題的決心（劉進枰，1997）。退出蒙特婁奧運會是自1959年我奧會名稱被中止以來，再次因會籍名稱而引發的「兩個中國」問題，整體事件的過程，顯示國際運動組織對中國問題的態度，也正仿倣國際政治的作法，在「兩個中國」的兩難抉擇中，選擇委屈我國，更改名稱來求全比賽的順利進行。而我國強烈堅持國號的僵化政策，也再度受到無情的打擊（劉進枰、蔡禎雄，1993b）。

1978年國際奧會在雅典召開年會，中共在會中發動中東、非洲、亞洲及東歐等35

國，提出排除我國會籍議案，並以此要挾體育強權，也是當屆奧運東道國蘇俄，宣稱如不排除我國會籍，彼等即不參加 1980 年莫斯科奧運會。國際奧會受到中共及蘇俄多方的壓力，於是醞釀提出對我不利的會籍處理方案（趙麗雲，2001）。當時基蘭寧曾建議，中華民國奧會改名為臺灣奧會，較合乎命名的邏輯，在基氏的認知裡，中華人民共和國才是「中國」。當時臺灣的態度為無論如何應堅持會籍名稱中之「Republic of China」不容更改，在萬不得已時，可勉強不反對由友好國家代表，或由我代表提出在 Republic of China 之後加添 Taiwan 字樣（湯銘新，2008）。1979 年國際奧會在烏拉圭、蒙地維迪歐舉行第 81 屆執委會，會中除恢復中華人民共和國奧會會籍外，並通過將繼續承認在臺北的奧會，唯其會籍名稱及所用之旗、歌仍待研究更改。由於此一建議案片面對我設限，當時我國籍的國際奧會委員徐亨先生及體壇人士遂多方聯繫、協調，發動對我友善的國際奧會委員聯署提出修正案，並經大會以三十六票比二十八票通過以下修正內容：1.承認在北平的奧會為 Chinese Olympic Committee, Peking。2.承認在臺北的奧會為 Chinese Olympic Committee, Taipei。3.雙方使用之旗、歌另外研究，並須取得國際奧會的同意（劉進枰，2007）。

中共欲爭取再度進入國際奧會，但對於執委會中修正決議卻表示不能接受，這是兩個中國奧會問題，最後一次在國際奧會年會中公開發論。國際奧會基蘭寧主席在上述雅典年會和蒙特維多年會中，要求更改「中華民國」奧會名稱，但兩次都在會員年會中遭到否決，因此兩個中國問題尚未解決（劉進枰，1997）。嗣後，即將卸任的基蘭寧主席，為了在其任內完成拉攏中共入會的歷史功業，遂不顧蒙地維迪歐決議及國際奧會憲章，於 1979 年 6 月及 10 月分別透過波多黎各、聖胡安及日本、名古屋執委會決議，針對兩岸奧會會籍之地位，採用通訊投票方式，11 月 26 日投票結果以 62 票對 17 票，違法將蒙地維迪歐決議案變更為：

承認北平之奧會名稱為中國奧林匹克委員會(Chinese Olympic Committee)，使用「中華人民共和國」的「國旗」與「國歌」。中華民國奧會將在中華臺北奧會(Chinese Taipei Olympic Committee)的名稱下繼續參加奧運會，但須提出不同於以往使用的旗、歌，並由執委會批准（湯銘新、洪義筌，2008）。

國際奧會執委會在第二次失敗提案之後，運用「通訊投票」方式，終於讓主席的意志遂行。就基蘭寧而言，如果未妥善解決中國問題，勢必影響往後奧運會的順利進行，其欲除「中華民國奧會」的堅決意志，是可理解的。而在此情況下，中共順利重返國際奧會，我奧會則認定此一通訊投票之決定為「政治歧視」，明顯違反國際奧會憲章，不能接受，尤其不願提出不同於當時使用之名稱及國旗、國歌（劉進枰，2007）。面對此一問題的態度，可由當時我國國際奧會委員徐亨，以及我國奧會主席沈家銘對於國際奧會之決議所發表論述中得知：

徐亨認為中共奧會會章中名列其轄區包括臺灣，如用臺灣為名，無意承認受彼管轄。本人基於國際奧會委員立場，自不願見國際奧會將中華民國奧會送給中共的奧會。（徐亨，1979，引自劉宏裕，2007，頁 62）。

共匪奧會會章第三條，自稱為中國唯一的奧運代表，這是既不符事實又不合法的說法，因為中共既無權力控制我中華奧會轄區之運動，自與蒙特維多大會決議相抵觸。（沈家銘，1979，引

自劉宏裕，2007，頁64）。

1979年名古屋決議通訊投票完成之前（11月15日），我國奧會於無法挽回前述歧視決議案之餘，向國際奧會總部所在地，瑞士洛桑地方法院提出控告（湯銘新、洪義筌，2008）。由於國際奧會憲章規定，各國奧會與國際奧會間之關係乃「承認」而非相互隸屬之會員，因而在法律上所具控訴資格並非明確。在此情形下，我國籍國際奧會委員徐亨，爰加入作為共同原告，參與訴訟（劉宏裕，2007）。當時提出控告之目的，訴求維護奧林匹克憲章之尊嚴與完整，並說明名古屋決議是一項政治性之決定，與奧林匹克憲章標榜之公平精神相牴觸（王振烽，2008；黃瓊儀，2008；劉進枰，2007）。為避免法院審理太慢，又於12月6日向法院提出假處份，旨在停止IOC通訊投票效力之繼續，俾使在法院判決之前，保障我方參加1980年冬季奧運會之權利。另一方面，國際奧會也於1980年1月7日，向法院申請裁定我方之控告為無效（劉進枰，2007）。1980年2月，IOC第82屆年會在美國的寧靜湖召開，會中對「通訊投票」的結果加以確認。另一方面，由於上述徐亨提出對國際奧會提出訴訟，因此，基蘭寧擬於大會中將徐亨除名，以及通過會章的修改（劉宏裕，2007）。結果除名之議未獲大會通過，部分會章條文的修改則獲得同意，其修改前後會章要義如下：

1. 修改前國際奧會憲章意義

奧林匹克憲章禁止任何形式之歧視，而名古屋會議之決議單獨對中華民國奧會之權利加以限制，實為一種政治性歧視。憲章第64、65、66條規定參加奧運會之國家奧會於開幕、頒獎及閉幕典禮中必須使用國旗、國歌，但國際奧會名古屋決議案卻不准中華民國奧會使用國旗、國歌，其違背上項規定自甚明顯。

2. 修改後國際奧會憲章意義

各國的國家奧會使用「國家名稱」及「國旗」、「國歌」參加奧運會之規定改為使用「代表團」之名稱及旗、歌參加奧運會。國家奧會以其本身名義參加奧運會，而非以其國家名義參加比賽。國家奧會在奧運會期間所使用之代表團旗幟及標誌應先送請國際奧會執委會核准。此項憲章條文修改於1980年2月的美國靜湖年會中通過立即生效（劉進枰，2007；湯銘新，2008）。

我國奧會向洛桑法院提出控告之後，1980年3月18日，法院裁定結果：1.IOC之申請無效；2.我方奧會對IOC的控告無效；3.假處份申請無效；4.徐亨控告IOC勝訴，IOC必須賠償徐亨500法郎之訴訟損失（譚龍珠、呂家偉，1982，引自劉進枰，2007，頁8）。之後第22屆1980年莫斯科舉行的奧運會，由於國際奧會對我國奧運代表團的名稱、旗、歌問題未妥善解決，使得我國未能參加該屆奧運會（林國棟，1987）。問題未妥善解決，我國被暫停參與國際奧會的所有有關活動（劉宏裕，2007）。此次事件是繼1959年慕尼黑年會決議後，我國奧會會籍二度遭到中止。除了國際奧會之外，各國國際單項會亦出現會籍危機，其大致情形為：手球部分，接受中共入會，建議我方改名為「中華臺北手球協會」，旗、歌方面則未提及；游泳部分，提案接納中共，並要求我方改名，及限制旗、歌；自由車部分，我方暫時接受了「中華臺北自由車協會」的名稱。

另外射擊、田徑、射箭、足球也都被變相的中止會籍，顯示各國際單項總會有追隨國際奧會決議的傾向，情況對我並不樂觀（劉進枰，2007，頁 14）。

肆、奧會模式「中華臺北」的形成

1980 年 7 月，莫斯科奧運會期間，國際奧會召開年會改選主席，結果由西班牙籍奧會委員薩馬蘭奇 (Juan Antonio Samaranch) 接任。薩氏原任西班牙駐蘇聯大使，對國際關係折衝既有興致也有經驗和能力（劉進枰、蔡禎雄，1994）。就任後隨即向我國籍國際奧會委員徐亨先生表示，願意就「中國問題」與兩岸協商，並解決我奧會與國際奧會間之訴訟案。當時透過國際足球總會會長哈維朗治 (Havelange) 及薩氏多次溝通協商，雙方終於達成協議，內容如下（林國棟，1987；湯銘新，2008；劉宏裕，2007）：

1. 協議基礎（共同了解部分）

- (1) 82 屆靜湖年會所修定之憲章，包括所有管轄奧林匹克運動之規則、章程及指示，均列為本協議書之附件。
- (2) 奧會憲章第 3 條規定如下：「奧林匹克運動會每四年舉辦一次，該運動會集合所有國家之奧林匹克選手，參加公正與公平之競賽。國際奧會應為奧運會獲取最廣大之群眾，不能為種族、宗教及政治之原因，對任何國家或個人加以歧視。」
- (3) 奧會憲章第 44 條規定如下：「各國家奧會，在奧運會中所使用之旗、徽，應送請國際奧會執委會核准。」
- (4) 奧會憲章第 30 條規定如下：「惟有經過國際奧會承認之國家奧會，始可選派選手參加奧運，未設有國家奧會之國家在參加奧運會前，應組成此項委員會並事先獲取國際奧會之承認。」

2. 實質條款（雙方協議部分）

- (1) 我國家奧會名稱變更為「中華臺北奧林匹克委員會」(Chinese Taipei Olympic Committee)，此項名稱已經國際奧會核可。
- (2) 中華臺北奧林匹克委員會所提送之旗幟及標誌（梅花內含五環標誌）業經國際奧會核可。
- (3) 國際奧會確保中華臺北奧林匹克委員會今後參加奧運會及其他國際奧會所舉辦之活動，享有與所有國家奧會完全相同之權利與地位。
- (4) 國際奧會協助中華臺北奧林匹克委員會申請加入或恢復所有國際奧會相關之國際運動總會之會籍。

1981 年 3 月 23 日，我奧會主席沈家銘與國際奧會主席薩馬蘭奇，就前述「實質條款」內容於洛桑正式簽訂協議，協議內容為（劉進枰、蔡禎雄，1994）：

1. 我國奧會名稱應為「中華臺北奧林匹克委員會」(Chinese Taipei Olympic Committee)。
2. 中華臺北奧會所送之旗幟及標誌業經國際奧會核准。
3. 國際奧會確保今後我參加奧運會及其他國際奧會所舉辦之活動享有其他國家奧會完

全相同之地位及權利。

4. 國際奧會將協助中華臺北奧會申請加入或恢復我各單項運動協會在各相關國際單項運動總會之會籍。

在此項協議簽訂後，我國即以「中華臺北奧會」名稱參加未來奧運以及其它國際奧會所承認之各項體育活動，並享有與其它國家奧會同等地位與權利。回顧我國奧會會籍的演變與訂定過程，反映出當時國際局勢與兩岸政策的演變，因此時代背景是主導會籍發展的主要原因。體育運動為配合政府推動之務實外交，肩負起「體育外交」的重要使命，「奧會協議」的接受，雖承諾臺灣獲得和其它會員國地位平等，但是世界上卻無一個國家使用非國旗、國名、國歌參加國際比賽，此為一種政治歧視的呈現 (Jarvie, Hwang, & Brennan, 2008)。雖在相關名稱的使用有所遺憾，但是卻無損國際體育活動實質參與以及參與活動的權益與地位。此一協議確定，可以視為臺灣突破外交政策自我設限的關鍵，倘若不接受協議內容，那麼臺灣無法走上國際舞臺，同時我國國際體育的參與空間也將遭到壓縮。就當時情況而言，我國奧會隨國民政府遷居來臺，國、內外環境丕變，在外有政治干預及歧視，內又急於多項民生政策的實行，因此體育活動推行無法獲得政府眷顧以及社會大眾重視，在此惡劣局勢下，我國奧會與各單項運動協會僅能屈就中國政治干預，於狹縫中苟且發展。直到 1971 年中國以「乒乓外交」成功達成體育為政治服務的目的之後，對我國國際體育交流與外交關係產生衝擊，國內相關單位才意識到體育活動交流與國際關係之重要性，也因此當時教育部長蔣彥士先生，積極向蔣經國總統鑒言國際體育事務重要性，國內各體育組織因此重新改組，體育司的成立也因應時代背景的需要與挑戰下成立，開創國內體育專職機構的新里程碑 (劉宏裕，2007)。

伍、結語

「中華臺北」名稱由 1981 年延用至今已有 30 年歷史，此模式形成是為我國參加奧運會史上，名稱演變歷程中一個重要的分水嶺 (劉進枰，1997)。回溯簽訂奧會協議之前，在未有「中華臺北」名稱時，我國曾為正名而奮戰。1960 年代在英國和以蘇聯為首的共產集團壓力下，國際奧會認為位在臺灣地區的中國奧林匹克委員會雖能有效統轄中華民國轄下之臺澎金馬地區的體育組織，但卻不能實際管轄中華人民共和國轄下之大陸地區體育運動組織，因此決定釐清中國代表權問題，並加以正名。此舉嚴重影響中華民國的正統地位與國家權益，所以中華民國政府也動員所有的外交力量來抵抗國際奧委會和親共集團的改名壓力 (張啟雄，2004)。事實上，「中華臺北」奧會模式的形成為一迫於形勢所逼，我國忍辱負重的痛苦決定，若不接受國際奧會建議，使用國際奧會認可之會旗、會徽，我國將失去參加奧運及國際體育活動的機會，當時我國尚擁有不少國際單項運動組織會籍，一旦退出國際奧會的影響不只是無法參加奧運會，其他國際組織會籍亦隨之喪失，牽一髮而動全身，衡量其得失，實不宜輕易退出 (林國棟，1987；湯銘新、洪義筌，2008)。由當時為正名而奮戰，到後來為存留而忍辱負重簽訂協議之後，終於確定了我國奧會在國際奧會中的定位。國際奧會與中華奧會簽署的協議係依據國際奧會奧林匹克憲章規定辦理，旨在保障臺灣運動員參與國際奧會所轄包括奧運會在內的

各項國際賽會（事）暨活動的權益。在此協議的保障之下，我國運動員得以再度參與國際運動競技活動，並於 1984 年重返奧運會競技場，參加美國洛杉磯夏季奧運，以及日後所有的國際運動賽事。

參考文獻

- 王振烽(2008)。「奧會模式」與「2009 高雄世界運動會」。《國民體育季刊》，37(1)，60-67。
- 李炳昭(2008)。《國際體育史》。載於黃秀政(主編)，《臺灣體育史》(頁 169-208)。臺北市：五南。
- 林國棟(1987)。我國體育外交之研究。《體育學報》，9，35-69。
- 吳文忠(1981)。《中國體育發展史》。臺北市：三民書局。
- 徐文慶(1992)。1954-1958 海峽兩岸奧會會籍共存於國際奧會公報之始末。《體育學報》，14，71-79。
- 陳隆志(2001)。「台灣與聯合國--回顧與展望」。《新世紀智庫論壇》，14，7-11。
- 張啟雄(2004)。1960 年前後中華民國對國際奧委會的會籍名稱之爭。《中央研究院近代史研究所集刊》，44，103-153。
- 黃瓊儀(2008)。「奧會模式」內容解析與配套措施。《國民體育季刊》，37(1)，26-33。
- 張啟雄、潘光哲(2005)。《湯銘新先生訪問紀錄》。臺北市：中央研究院近代史研究所。
- 湯銘新(2008)。解析「奧會模式」與政治歧視--追記「兩會洛桑協議」之淵源。《國民體育季刊》，37(1)，15-25。
- 湯銘新、洪義筌(2008)。「中華台北」會名之淵源及意涵。臺北市：中華民國運動與休閒協會。
- 劉宏裕(2007)。國際奧會與我國簽訂兩會協議之研究。《運動文化研究》，1，53-83。
- 劉進枰(1995)。《中華民國奧林匹克委員會會籍演變之歷史考察 1949-1981》。(未出版碩士論文)。國立臺灣師範大學，臺北市。
- 劉進枰(1997)。中華民國未能參加第十三屆冬季奧運會之經緯(1980)。《體育學報》，23，49-59。
- 劉進枰(2007)。1981 年奧會模式簽訂之始末。論文發表於 2007 年臺灣民主的興起與變遷第二屆學術研討會。臺北市：台大法學院暨社會科學院國際會議廳。
- 劉進枰、蔡禎雄(1993a)。中華民國參加奧林匹克運動會會籍問題之探討(1949-1993)。《體育學報》，15，15-25。
- 劉進枰、蔡禎雄(1993b)。中華民國參加 21 屆蒙特婁奧運會之始末--以維護 IOC 會籍之策略為中心。《體育學報》，16，99-113。
- 劉進枰、蔡禎雄(1994)。促成「奧會模式」的國際奧會主席薩馬蘭奇--以 1981 年前後為中心。《體育學報》，18，47-56。
- 劉進枰、蔡禎雄(1995)。促成「奧運模式」的國際奧會主席--薩馬蘭奇。《體育學報》，18，47-56。
- 劉進枰、蔡禎雄(1995)。布倫達治對我國奧會會籍所持的態度之探討(1952-1972)。《體育學報》，19，47-58。
- 趙麗雲(2001)。「中華台北」會籍名稱使用事略。財團法人國家政策研究基金會，《國政研究報告，教文(研)090-017 號》。2001 年 11 月 2 日。
- 譚龍珠、呂家偉(1982，11 月)。〈奉獻的人生〉，《慶賀徐亨先生七秩華誕—奉獻的人

生》。臺灣日報社，266。

Jarvie, G., Hwang, D. J., & Brennan, M. (2008). *Sport, revolution and the Beijing Olympics*. Oxford: Berg.

A Comparison of International and American Students to Reuse University Recreation Center

李國維 國立臺中教育大學

陳瑩峰 實踐大學

許國龍 國立東勢高級工業職業學校

王世緯 台中市立塗城國小

Abstract

The purpose of this study was to examine the service quality and user satisfaction to campus recreation centers, and to compare the significant predictors of behavioral intentions to reuse a university recreation center between international students and American students. The three quality dimensions (ambiance of the facility, operations quality and staff competency, and users' satisfaction and behavioral intentions) were used to predict their behavioral intentions. Two hundred and forty-five student users were surveyed. The results were American students and international students had greatly different predictors in overall satisfaction and re-use intentions, and no significant difference between international students and American students to reuse a university recreation center.

Introduction

The Institute of International Education (2007) reported that the number of international students enrolled in the United States is 564,766, and there were 142 colleges with each campus having more than 1,000 international students in the 2005 to 2006 school year. Consequently, international students are potential users of university recreation centers. There are many studies related to user satisfaction and quality service of recreation centers (Crompton & MacKay, 1989; Hawat, Absher, Grilley & Milne, 1996; Osman, Cole & Vessell, 2006). However, previous research has not compared international with American students.

The purpose of this study was twofold: (a) to examine the service quality and user satisfaction of campus recreation centers among selected variables (age, gender, student classification, and country of origin), and (b) to compare the significant predictors of behavioral intentions to reuse a university recreation center between international students and American students.

Methodology

The sample of this study was selected from college students at a university in Texas. The study was conducted by an online research technique and use the instrument developed by Osman, Cole and Vessell (2006). This instrument has five subscales (Ambiance, Operation Quality, Staff Competency, Overall Satisfaction, and Behavioral Intentions). Descriptive statistics for the instrument was analyzed and discussed including mean, standard deviation, number of items and alpha reliability. One way ANOVA was used to determine the difference between selected variables (age, gender, student classification, and country of origin) on the five subscales. Multiple regression analysis was used to identify the significant predictors of behavioral intentions to reuse a university recreation center

Results

Totally 183 students participated this study, and 160 usable surveys were collected. The demographic profiles were presented in Table 1. Table 2 revealed that respondents rated the ambiance of facility as the highest (mean of 3.99 with 1 representing excellent quality), while they rated the operations quality the lowest (mean of 3.17) among the three dimensions of service quality of the recreation center. Respondents reported a mean satisfaction score of 3.47 with the recreation center in general. On the behavioral intention items, they indicated a mean score of 3.75 on intention to reuse and a mean of 3.25 on recommending the center to their friends, with 1 representing “Extremely likely.”

Table 1
Demographic Profiles of Respondents

Variable	Categories	Frequency	Percent
Age	18~30	115	71.9
	31~40	25	15.6
	41~50	15	9.4
	51~65	5	3.1
Gender	Male	30	18.8
	Female	130	81.3
Student	Freshman	5	3.1
Classification	Sophomore	5	3.1
	Junior	30	18.8
	Senior	40	25.0
	Graduate Student	80	50.0
Country of Origin	International	25	15.6
	USA	135	84.4
Ethnicity	Caucasian	90	56.3
	African	10	6.3
	Hispanic	5	3.1
	Asian	25	15.6

Table 2
Mean Scores, Standard Deviation, and Reliabilities of the Scales

Item	Mean	Std. Deviation	α if item deleted	Reliability (Cronbach's α)
Ambiance of Facility	3.9922	.57883		.873
Cleanliness of the locker rooms	3.69	.848	.857	
Cleanliness of the restrooms	3.63	.783	.860	
Cleanliness of the activity courts	4.09	.680	.843	
Cleanliness of the indoor running track	4.41	.553	.877	
Cleanliness of the racquetball courts	4.13	.698	.850	
Cleanliness of the entrance and hallways	4.25	.664	.846	
Cleanliness of the weight rooms	3.81	1.047	.836	
Cleanliness of the swimming pools	3.94	.969	.882	
Operations Quality	3.1667	.98202		.820
Availability of recreational equipments	3.22	1.085	.657	
Quality of recreational equipments	3.19	1.161	.744	
Availability of operating hours of the center	3.09	1.186	.850	
Staff Competency	3.8021	.68098		.920
The way your telephone call was handled	4.00	.434	.930	
Staff's willingness to help	3.75	.832	.884	
Staff's ability to provide you with correct information in a timely fashion	3.72	.912	.882	
Professionalism of staff	3.66	.925	.893	
The business office's ability to serve your needs	3.78	.741	.918	
The friendliness of student staff	3.91	.882	.914	
Overall Satisfaction				--
Overall satisfaction with the center	3.47	1.121		

Behavioral Intentions

I will use the center again in the future	3.75	1.525
I will recommend the center to my friends	3.25	1.625

Results of Multiple regression analysis (Table 3) showed that the influence of service quality dimensions on respondents' overall levels of satisfaction was significant ($F = 40.666$, $p < .001$). Staff competency did not have significant influence on members' satisfaction levels. However, Ambiance of the facility and operations quality were significant predictors of user satisfaction. The influence of the three service quality dimensions and overall satisfaction on users' re-use intentions was also significant ($F = 10.96$, $p < .001$). Ambiance of the facility, staff competency and users' overall satisfaction did not have significant influence on members' future re-use intentions. Only operations quality were significant predictors of members' reuse intentions. To members' intentions to recommend the recreation center to their friends, all three service quality dimensions were significant predictors. But, users' overall satisfaction of the facility was not predictors of the recommendation intention.

Table 3
Results of Multiple Regression Analysis

Item	Beta	<i>t</i>	<i>p</i>
Model Predicting Overall Satisfaction			
Ambiance of Facility	.204	2.634	.009
Operations Quality	.495	6.462	.000
Staff Competency	.053	.653	.515
Model summary: $F = 40.666$, $p = .00$, $R_2 = .439$, Adjusted $R_2 = .428$			
Model Predicting Re-Use Intention			
Ambiance of Facility	-.011	-.136	.892
Operations Quality	.451	4.935	.000
Staff Competency	.136	1.595	.113
Overall satisfaction	.113	1.333	.184
Model summary: $F = 23.292$, $p = .00$, $R_2 = .375$, Adjusted $R_2 = .359$			

Model Predicting Recommendation Intention

Ambiance of Facility	-.443	-6.028	.000
Operations Quality	.559	6.987	.000
Staff Competency	.405	5.415	.000
Overall satisfaction	.081	1.091	.277
Model summary: $F = 42.004$, $p = .00$, $R^2 = .520$, Adjusted $R^2 = .508$			

Several one-way ANOVAs were performed to determine if there were any significant differences in terms of five subscales for different demographic variables. The results (Table 4) indicated that there is no difference in gender and country variables in terms of all five subscales. Scheffe's tests were conducted to further examine where significant differences existed within the levels of the age, classification, and ethnicity variables.

The analysis indicated that the students in age 18~30 have higher satisfaction than the students in age 51~65 in operations quality; the students in age 18~50 have higher satisfaction than the students in age 51~65 in staff competency; the students in age 18~40 have are more likely to reuse the center and recommend to their friends than the students in age 51~65. Furthermore, sophomore and senior have higher overall satisfaction than graduate students; sophomore, Junior, and senior have higher possibilities in behavioral intentions than graduate students. African students have higher satisfaction than Asian in ambiance of facility; Caucasian, African, and Hispanic students are more satisfied in operations quality than "other" ethnicity students; and African students have higher satisfaction than "other" ethnicity students in staff competency.

Table 4
Results of One-way ANOVA Analysis

Subscale	Age (F)	Gender (F)	Classification (F)	Country of Origin (F)	Ethnicity (F)	
Ambiance of Facility	3.114	1.956	1.332	4.257	7.996*	African> Asian

Operations Quality	4.264*	18~30> 51~65	.118	5.247		.306	9.736*	Caucasian, African & Hispanic > Other
Staff Competency	12.412*	18~30, 31~40,& 41~50> 51~65	3.161	1.448		.265	4.981*	African> Other
Overall satisfaction	1.130		1.152	10.977*	Sophomore & Senior> Graduate Student	1.710	3.021	
Behavioral Intentions	6.867*	18~30& 31~40> 51~65	6.354	12.501*	Sophomore, Junior & Senior> Graduate Student	.301	3.830	

Note: *p<.01

Discussion

- Previous findings (Osman, Cole, & Vessell, 2006) revealed that all three dimensions of service quality were significant predictors of user satisfaction. This study, however, found different results, only ambiance of the facility and operations quality lead to users' overall satisfaction.
- Only operations quality significantly influenced members' re-use intentions. This result supports Osman, Cole, & Vessell (2006) and Crompton & MacKay's (1989) findings that the use behavior of recreational equipment is more direct and personal. This behavior usually does not involve direct assistance from staff.
- All three service quality dimensions were significant predictors to users' intentions to recommend the center to friends. This result is similar to Osman, Cole, & Vessell's (2006) research that indicated satisfaction with the recreation facility may not be the driving force for their intention to reuse the center, but they will recommend the service to their friends. Because the use fee of recreation center was included in

student fees. No matter the students will use the recreation facility or not, they must pay the fee with their tuition every semester. If the student want to do exercise and do not want to pay additional membership fee of fitness center outside their campus, their have no choice but to use the recreation center on campus.

- Among different age level, the users in age 51~65 have higher demands in operations quality and staff competency. Since people in this age are retired or very close to retire, usually they have more time and money. They are high potential group to be customers of university recreation centers.

Conclusion

- Ambiance of the facility and operations quality were significant predictors of user satisfaction. The university recreation center should focus their energy on improving ambiance of the facility and operations quality.
- Operations quality was significant predictors of members' reuse intentions. Users who perceived higher levels of equipment quality were more likely to use the center again in the future.
- To members' intentions to recommend the recreation center to their friends, all three service quality dimensions were significant predictors. To recruit more members outside the campus, recreation center management personnel should keep promote the service quality especially in operations quality and ambiance.
- If recreation center want to recruit members in age of 51~65, providing flexible hours of operation and maintaining a competent and empathetic staff would be two key points.

References

- Crompton, J.L., & MacKay, K.J. (1989). Users' perceptions of the relative importance of service quality dimension in selected public recreation programs. *Leisure Sciences*, 11, 367-375.
- Howat, G., Absher, J., Crilley, G. & Milne, I. (1996). Measuring customer service quality in sports and leisure centers. *Managing Leisure*, 1, 77-89.
- Institute of International Education. (2007). *New enrollment of foreign students in the U.S. climbs in 2005/2006*. Retrieved 10/26, 2007, from <http://opendoors.iienetwork.org/?p=89251>
- Osman, R. W., Cole, S. T., & Vessell, C. R. (2006). Examining the role of perceived service quality in predicting user satisfaction and behavioral intentions in a campus recreation setting. *Recreational Sports Journal*, 30, 20-29.

幸福感與休閒參與、休閒滿意關係之研究

吳明蒼

國立臺南護理專科學校通識教育中心

摘要

目的：本研究旨在探討探討大學生幸福感與休閒參與、幸福感與休閒滿意之相關情形。
方法：以臺南地區某大學之學生為研究對象，利用問卷調查方式蒐集資料，並針對幸福感與休閒參與、幸福感與休閒滿意分別進行典型相關分析，共發出 650 份問卷，回收有效問卷共 507 份，有效問卷回收率 78%。結果：於幸福感與休閒參與之線性組合，產生一組顯著之典型變量；於幸福感與休閒滿意之線性組合，產生一組顯著之典型變量。
結論：本研究發現幸福感與休閒參與、幸福感與休閒滿意間有顯著之典型相關。

關鍵字：休閒、快樂、幸福

壹、前言

由於社會進步、經濟發展，人們對於生活的觀念因此有所改變，對生活品質的要求日益講究，大部分的人都想過好的生活，亦即要對自己的生活感到滿意，或有幸福快樂的感受，Fuhrer (2000) 認為生活幸福感受是個人對自己整體生活有正向之評價或感知，社會大眾都想追求更好的生活品質，因此提升生活幸福感受亦成為努力之目標。Diener (1999) 提出幸福感是個人對生活之情感體驗所帶來快樂、正向之滿意感受，生活幸福感受常受到新近生活事件與週遭環境之影響。

休閒為個人於其閒暇時，自由的、不受拘束的選擇其是否參與非工作性質的活動 (Ragheb & Beard, 1993)，相關研究顯示，從事休閒活動為生活快樂幸福感受之來源，Thenberth (2005) 認為休閒對於提個人身體與心理之幸福感受可以產生重要之貢獻。Cassidy (1996) 強調休閒經驗被認為是對幸福感受有重要影響之生活領域，並指出休閒活動與生活壓力之相關性。

休閒與幸福感受關係密切。王微茹、林芳儀、王正平與賴宏昇 (2008) 針對台北市大學生進行休閒參與以及幸福感受之研究，發現受測者幸福感受與休閒參與有關聯，不同人口變項之受測者在休閒參與有顯著差異。黃振紅 (2005) 探討不同學制大專技職生參與休閒運動與幸福感受的相關程度，發現受測者參與休閒運動之勝任能力、掌控能力、喜歡程度與幸福感受有正相關。施建彬 (2006) 以某大學之學生為對象，探討其休閒活動參與對幸福感受的影響，得知休閒活動之參與、滿意程度與幸福感受分別呈現顯著正相關，從事休閒活動之滿意程度並可有效預測幸福感受。

此外，國內研究亦發現休閒滿意與幸福感受之關係。黃長發 (2006) 探討大學生休閒滿意度與幸福感受的特徵與差異情形，以及此二者之間的相關情形，結果顯示不同性別與家庭社經地位之受測者在休閒滿意度與幸福感受，均存在顯著差異之情形，休閒滿意度與幸福感受間並有典型相關。李志恭與陳欣宏 (2009) 探討技術學院學生休閒滿意與幸福感受之關係，得知休閒滿意與幸福感受呈正向相關，休閒參與愈滿意之受測者，其生活幸福的感受程度愈高，此外，休閒滿意對幸福感受有顯著之預測力。林淑芬、王于寧與賴永僚 (2008) 針對某大學學生之身體活動態度、休閒滿意度、主觀幸福感受進行研究，結果顯示休閒滿意與主觀幸福感受之相關程度，已達顯著水準。

時下大學生學習生活壓力大，可能是因為課業壓力繁重、缺乏自信心與自我肯定之能力不足等因素，有憂鬱傾向者為數不少，生活幸福快樂之感受不足，如此對其學習生活易產生負面影響。如上所述，休閒參與、休閒滿意與幸福感受頗有關聯，Trainora, Delfabbro, Anderson 與 Winefield (2010) 亦發現青少年從事休閒與其心理幸福感受頗有關聯，故本研究之目的在探討大學生幸福感受與休閒參與、幸福感受與休閒滿意之相關情形，以促進對大學生之休閒與幸福感受的瞭解。

貳、方法

本研究以臺南地區某大學之學生為研究對象，預計隨機抽樣學生 650 人。此外，為測量受測者參與休閒之興趣傾向與參與休閒活動的狀況、從事休閒之滿意程度、生活之幸福感受程度，本研究使用大學生休閒興趣量表、大學生休閒滿意量表、大學生知覺幸福感受量表為測量工具。

大學生休閒興趣量表係由吳明蒼（2007）修改 Ragheb 與 Beard (1993) 編製之休閒興趣量表而成，包含服務、戶外、文化藝術、體能、機械、社交等構面，共有 25 個題項，戶外係指在開放空間從事或與大自然環境相關之活動、機械為利用機械或與機械有關之具有實用性或創造性的活動、文化藝術是以視覺、聽覺等形式呈現之文化藝術相關的活動、服務係為他人利益著想，能幫助或服務他人之活動、體能為需要運用與消耗體能之活動。

大學生休閒滿意量表係由吳明蒼（2005）修改 Beard 與 Ragheb (1980) 編製之休閒滿意量表而成，包含心理、社教、放鬆、身體、美感等五個構面，共有 26 個測量題項，心理是指心理層面的受益，例如自由感、享樂感、參與感及智力挑戰的感覺；社教是指獲得與他人有良好的社會互動，與幫助瞭解他人及週遭事物；放鬆是指對紓解生活壓力與緊張；身體是指發展體適能、保持健康、控制體重、提升康樂的方法；美感是來自其從事休閒活動的場所或區域是令人感到愉悅的、有趣的、美麗的，通常是設計良好的空間。

大學生知覺幸福感受量表係由蔡正育、吳明蒼與陳文英（2009）修改 Adams, Bezner, 與 Steinhardt (1997) 編製之知覺幸福感受量表而成，包含心理、情感、社會、身體、智力與精神等五個構面，共有 25 個題項，社會是指個人於需要時，家人與朋友適時給予支持，以及其提供他人有價值的支持之感受；情感是指個人擁有安心穩固的自我認同以及自愛的正向感受，此為自尊呈現的兩種方式；智力則是指個人以參與最佳智力刺激活動，給予其內在更有活力之感受；而精神是指個人身心結合的力量或對生命目的與意義的正向感受之信念；身體是指個人藉著從事高度的身體活動，所對其身體健康的正向知覺或期待以及健康良好之感覺；心理是指個人對經歷生活的事件與環境，所產生正向結果之一般感受。

上述三量表均分別經過探索性因素分析與驗證性因素分析的考驗，結果顯示這些量表之信度與效度均屬良好。本次問卷調查使用之量表採 Likert 五點式計分方式，分為非常不同意、不同意、不確定、同意、非常同意，分別給予 1 至 5 分。受測者在各量表之構面得分越高，代表受測者在該構面之認同程度越高。

由於本研究在探討幸福感受與休閒參與、幸福感受與休閒滿意之相關性，故針對幸福感受與休閒參與、幸福感受與休閒滿意間，分別進行典型相關分析。於幸福感受與休閒參與間，以休閒參與各構面為控制變項，幸福感受各構面為效標變項；在休閒滿意與幸福感受間，以休閒滿意各構面為控制變項，幸福感受各構面為效標變項。

本次問卷調查回收資料除以 Cronbach α 係數進行測量工具之信度測試外，並針對

幸福感與休閒參與、幸福感與休閒滿意進行典型相關分析。根據 Tabachnick, Eidell 與 Eidell (2006)，典型相關分析是一種用來檢驗一組控制變項與一組效標變項間之相關程度的統計方法，與複迴歸類似，典型相關分析產生複數變項間之線性組合。惟典型相關分析亦可產生相關性不顯著之典型相關組合，此即與複迴歸有異。此外，於每一組典型相關組合之分析結果，典型相關分析提供典型相關係數、重疊指數、典型負荷量、抽出變異數百分比與其他典型相關函數，可增加對控制變項與效標變項相關程度之瞭解。

參、結果

本研究進行問卷調查以蒐集資料，問卷填答時間自民國98年10月18日至民國98年11月5日止，共發出問卷650份，回收586份，剔除填答不完全者，計收回之有效問卷共507份，有效問卷回收率78%，所得資料用以進行統計分析。

本研究以 Cronbach α 係數檢驗所使用測量工具之信度，各量表之 Cronbach α 係數，在大學生休閒興趣量表之各構面，於戶外為.786、機械為.666、文化藝術為.763、服務為.809、體能為.748、社交為.726，全量表則為.880；在大學生休閒滿意量表之各構面，於心理為.829、社教為.806、放鬆為.850、身體為.808、美感為.779，全量表則為.923；在大學生知覺幸福感量表之各構面，於心理為.686、情感為.813、社會為.832、身體為.763、智力與精神為.882、量表整體為.933，可知量表各構面之 Cronbach α 係數均已達.6 以上之水準，全量表之 Cronbach α 係數亦達.7 以上之水準，顯示各量表內部一致性佳，適用於本研究。

有關典型相關分析，如表 1 所示，經以休閒參與各構面為控制變項，幸福感各構面為效標變項，進行典型行相關分析，可知控制變項與效標變項之典型相關分析產生五組典型變量。其中第一組典型變量之典型相關係數為.706($F=1.876$ 、 $p=.007$)、第二組為.535($F=1.152$ 、 $p=.307$)、第三組為.378($F=.673$ 、 $p=.774$)、第四組為.169($F=.252$ 、 $p=.957$)、第五組為.083($F=.252$ 、 $p=.863$)，惟除第一組外，其餘均未達顯著水準($p<.050$)；此外，第一組典型變量之特徵值的解釋變異量為 62.238%，控制變項的第一組之典型因素 χ_1 可以說明效標變項典型因素 η_1 總變異量之 49.9%。依表 2，於第一組典型相關中，其效標變項之典型因素 η_1 的抽出變異量百分比依序為 25.928%；其控制變項與效標變項的重疊百分比為 12.939%。再者，表 2 亦呈現控制變項與效標變項的原始變數對各自典型線性組合之相關程度，其中，以在控制變項典型因素 χ_1 之戶外的結構係數(-.674)，以及在效標變項典型因素 η_1 之社會的結構係數(-.845)為最高。

表 1 幸福感與休閒參與典型相關檢定結果

典 型 相 關	特 徵 值	特徵值解 釋變異量	典型相 關係數	典型相關 係數平方	Wilk's L	F	p
1	.996	62.238	.706	.499	.296	1.876*	.007
2	.402	25.115	.535	.287	.590	1.152	.307

3	.166	10.389	.378	.143	.827	.673	.774
4	.029	1.828	.169	.028	.965	.252	.957
5	.007	.430	.083	.007	.965	.252	.863

註：N = 507.

* $p < .050$.

表 2 幸福感與休閒參與典型相關分析摘要

控制變項 (休閒參與)	典型因素 χ_1	效標變項 (幸福感)	典型因素 η_1
戶外	-.674	心理	-.252
機械	-.316	情感	-.303
文化藝術	.050	社會	-.845
服務	-.310	身體	-.054
體能	-.348	智力與精神	-.651
社交	-.418		
抽出變異量百分比	15.813	抽出變異量百分比	25.928
重疊指數	7.891	重疊指數	12.939

註：N = 507.

如表 3 所示，經以休閒滿意各構面為控制變項，幸福感各構面為效標變項，進行典型行相關分析，得知控制變項與效標變項之典型相關分析產生五組典型變量。其中第一組典型變量之典型相關係數為.597($F=1.718$ 、 $p=.026$)、第二組為.525($F=1.382$ 、 $p=.161$)、第三組為.321($F=.835$ 、 $p=.586$)、第四組為.226($F=.692$ 、 $p=.600$)、第五組為.105($F=.491$ 、 $p=.487$)，惟除第一組外，其餘均未達顯著水準($p < .050$)；此外，第一組典型變量之特徵值的解釋變異量為 49.721%，控制變項的第一組之典型因素 χ_1 可以說明效標變項典型因素 η_1 總變異量之 35.6%%。依表 4，於第一組典型相關中，其效標變項之典型因素 η_1 的抽出變異量百分比依序為 8.900%；其控制變項與效標變項的重疊百分比為 3.171%。再者，表 4 亦呈現控制變項與效標變項的原始變數對各自典型線性組合之相關程度，其中，以在控制變項典型因素 χ_1 之身體的結構係數 (7.23)，以及在效標變項典型因素 η_1 之心理的結構係數 (5.33) 為最高。

表 3 幸福感與休閒滿意典型相關檢定結果

典型 相關	特徵 值	特徵值解 釋變異量	典型相 關係數	典型相關 係數平方	Wilk's L	F	p
1	.553	49.721	.597	.356	.393	1.718*	.026
2	.380	34.120	.525	.257	.610	1.382	.161
3	.115	10.337	.321	.103	.842	.835	.586
4	.054	4.821	.226	.051	.939	.692	.600
5	.011	1.002	.105	.011	.989	.491	.487

註：N = 507.

* $p < .050$.

表 4 幸福感與休閒滿意典型相關分析摘要

控制變項 (休閒滿意)	典型因素 χ_1	效標變項 (幸福感)	典型因素 η_1
心理	.184	心理	.533
社教	.164	情感	-.008
放鬆	.247	社會	.370
身體	.723	身體	-.112
美感	-.270	智力與精神	-.106
抽出變異量百分比	14.364	抽出變異量百分比	8.900
重疊指數	5.117	重疊指數	3.171

註：N = 507.

肆、討論與結論

於此次典型相關分析中，雖然在幸福感與休閒參與、幸福感與休閒滿意均各僅得到一組已達顯著水準之典型變量，但是由各組之特徵值的解釋變異量、控制變項之典型因素可以說明效標變項典型因素總變異量、控制變項與效標變項的重疊百分比觀之，可以發現其典型變量，即可有效解釋控制變項與效標變項之相關性，且其控制變項與效標變項的解釋能力充足。

由幸福感與休閒參與典型相關分析之第一組典型變量，可知其效標變項之典型因素 η_1 可分別解釋其效標變項之 25.928%；休閒參與構面經由典型因素 χ_1 與 η_1 ，直接有效解釋休閒動機總變異量之 12.939%。此外，於控制變項中，戶外與典型因素 χ_1 關係較為密切，其結構係數為-.674，另除了文化藝術外，各構面之結構係數絕對值均大於.30，具有解釋力；於效標變項中，以社會、智力與精神之相關程度較高，其結構係數分別為-.845、-.651，另情感之結構係數絕對值亦大於.30，均具有解釋力。故於此典型相關分析中，主要是戶外、機械、服務、體能、社交之休閒參與，正向影響情感、社會、智力與精神等之幸福感受程度。亦即，受測者之休閒興趣傾向並經常參與在開放空間或與大自然環境相關之活動、利用機械或與機械有關之具有實用性或創造性的活動、為他人利益著想或能幫助或服務他人之活動、需要運用與消耗體能之活動，會正向影響其在於需要時，家人與朋友適時給予支持，以及其提供他人有價值的支持、個人擁有安心穩固的自我認同以及自愛、個人以參與最佳智力刺激活動，給予其內在更有活力、個人身心結合的力量或對生命目的與意義，所產生的幸福感受。

由幸福感與休閒滿意典型相關分析之第一組典型變量，可知其效標變項之典型因素 η_1 可分別解釋其效標變項之 8.900%；休閒滿意構面經由典型因素 χ_1 與 η_1 ，直接有效解釋休閒動機總變異量之 3.171%。此外，於控制變項中，身體與典型因素 χ_1 關係較為密切，其結構係數為.723，具有解釋力，惟其餘各構面之結構係數絕對值均未大於.30，並未具有解釋力；於效標變項中，以心理之相關程度較高，其結構係數分別為.533，另社會之結構係數為.370，大於.30，亦具解釋力。故於此典型相關分析中，主要是身體之休閒滿意，影響心理、社會等之幸福感受程度。亦即，受測者從事休閒所獲得之發展體適

能、保持健康、控制體重、提升康樂等滿意感受，會正向影響其於需要時，家人與朋友適時給予支持，以及其提供他人有價值的支持、其個人對經歷生活的事件與環境，所產生的幸福感受。

綜上所述，休閒參與以及幸福感有典型相關存在，幸福感受到休閒參與之正向影響，受測者休閒參與程度越高，其幸福感受程度越高；休閒滿意與幸福感亦有典型相關存在，幸福感受到休閒滿意之正向影響，受測者休閒滿意感受程度越高，其幸福感受程度越高，此結果同於黃長發（2006）之研究發現。據此本研究建議該校應重視學生之休閒教育，輔導學生妥善規劃休閒生活，導引其參與自身喜好之休閒活動，並促進從事休閒所獲得之滿意程度，俾以提升學生生活快樂幸福之感受。最後，由於本研究僅以單一大學學生為研究對象，故所得研究結果之類推至其他各校與否，仍有待後續研究加以驗證。

Research on the relationship of wellness and leisure participation, leisure satisfaction of university students

Abstract

Purpose: This research explores the canonical correlation between wellness and leisure participation, wellness and leisure satisfaction. **Method:** Using students of a university in Tainan as subjects, 650 survey forms were distributed to collect data, and 507 valid surveys were returned for a 78% response rate. Canonical correlation analysis was performed on wellness and leisure participation, as well as wellness and leisure satisfaction. **Results:** One significant canonical variates resulted from the linear combination of wellness and leisure participation as well as one significant canonical variates resulted from the linear combination of wellness and leisure satisfaction. **Conclusions:** This research discovered that wellness and leisure participation, wellness and leisure satisfaction separately have significantly canonical correlation.

Key words: leisure, happiness, wellness

參考文獻

- 王微茹、林芳儀、王正平、賴宏昇 (2008)。台北市大學生之休閒參與及幸福感之研究。 *休閒與遊憩研究*, 2 (2), 131-167。
- 李志恭、陳欣宏 (2009)。大學生休閒滿意與幸福感之相關研究—以東方技術學院學生為例。 *嘉大體育健康休閒期刊*, 8 (3), 115-123。
- 吳明蒼 (2005)。大學生休閒滿意量表編製之建構與驗證。 *台北市立教育大學學報—人文藝術類、社會科學類、自然科學類*, 36 (2), 129-154 頁。
- 吳明蒼 (2007)。大學生休閒興趣量表編製之建構與驗證。 *國立台中教育大學學報—教育類*, 21 (1), 27-48。
- 林淑芬、王于寧、賴永僚 (2008)。大學生身體活動態度、休閒滿意度對主觀幸福感之影響。 *運動休閒餐旅研究*, 3 (2), 73-85。
- 施建彬 (2006)。大學生休閒活動參與對幸福感的影響—以大葉大學為例。 *研究與動態*, 13, 131-144。
- 黃長發 (2006)。大學生休閒滿意度與幸福感關係之研究。 *運動休閒餐旅研究*, 1 (1), 25-41。
- 黃振紅 (2005)。不同學制大專技職生參與休閒運動與幸福感之相關研究。 *體育學報*, 38 (2), 121-136。
- 蔡正育、吳明蒼、陳文英 (2009)。知覺幸福感量表編製之研究。 *嘉大體育健康休閒期刊*, 8 (2), 62-74。
- Adams, T., Bezner, J., & Steinhardt, M. (1997). The conceptualization and measurement of perceived wellness: Integrating balance across and within dimensions. *American Journal of Health Promotion*, 11(3), 208-218.
- Beard, J. G., & Ragheb, M. G. (1980). Measuring leisure satisfaction. *Journal of Leisure Research*, 12(1), 20-33.
- Cassidy, T. (1996). All work and no play: A focus on leisure. *Counselling Psychology Quarterly*, 9 (1), 77-90.
- Cassidy, T. (2005). Leisure, coping and health: the role of social, family, school and peer relationship factors. *British Journal of Guidance & Counselling*, 33(1), 51-66.
- Diener, E. (1999). Subjective well-being: Three decades of progress. *Psychological Bulletin*, 125(2), 276-294.
- Fuhrer, M. J. (2000). Subjectifying quality of life as a medical rehabilitation outcome. *Disability and Rehabilitation*, 22, 481-489.
- Ragheb, M. G., & Beard, J. G. (1993). *Idyll Arbor leisure battery*. Enumclaw, WA: Idyll Arbor.
- Tabachnick, B. G., Eidell, L. S., & Eidell, L. (2006). *Using multivariate statistics* (5th ed.). Boston: Allyn & Bacon.
- Thenberth, L. (2005). The role, nature and purpose of leisure and its contribution to

individual development and well-being. *British Journal of Guidance & Counselling*, 33(1), 1-6.

Trainora, S., Delfabbro, P., Anderson, S., & Winefield, A. (2010). Leisure activities and adolescent psychological well-being. *Journal of Adolescence*, 33(1), 173-186.

教練 / 球員的身體敘說--看見身體的實踐知識

李佑峰
國立臺中教育大學

摘要

本研究以研究者自身的籃球教練經驗為主題，從訓練與比賽的場景出發，探討一位籃球教練如何藉由敘說探究的方法，與選手互動，與自身對話，從身體經驗裡，提煉出身體的實踐知識。

站在實踐認識論的立場，研究者指認出從抽象到具體的身體實踐知識，它們分別是身體形象—儀式身體；身體技術—專業身體；身體密碼—閱讀身體；身體知識—默會身體。透過教練經驗的敘說，一層層撥開經驗表面的粗糙，挖掘經驗深處的價值與意義，建構出一個從身體經驗敘說而起的知識論可能。

關鍵詞：籃球教練、敘說、身體經驗、實踐知識

壹、前言：活生生的身體經驗

進入回憶，許多原本靜默的故事，突然之間，湧出，一個接著一個，提醒著我，原來，我是這樣一路走過，是這樣連續卻悄然地轉變著；因而，更讓我認同，「故事是生命感的形式」這樣的說法，「人活在直接經驗的知覺世界，這樣的經驗之流往往是模糊、曖昧、片段的，唯有透過語言的引渡，我們才可以理解這些經驗，同樣的，生命感也難以直接指認，只能藉由敘說自己的故事，人才得以理解自身；人從暗處走來，憑藉著『故事之光』才看得見自己¹。」

擔任教練後，好長一段時間處在知識的不確定痛苦當中，好在內在進取心不斷地激勵著自己，總在等待一個時機，可以把自己搞不懂的東西，全部搞懂，不願意再讓自己的教練角色，處在令自己尷尬的空虛當中。

經過不斷嚐試之後發現，堅持不懈的態度，終究會為生命找到出口，努力求知與實踐的教練，也會逐漸澄清自己的疑惑，擴大自己的視野。

在教練經驗裡，不斷保持自我提問的習慣，看著球員們的表現，評估著自己的訓練成效，觀察著自己的變化，反覆肯定與質疑自己，問題層出不窮，超越原本的想像，也超越教科書的教導範圍，很多的知識，都從「經驗」而來，很多的啟發，也都由「實踐」而起，訓練與比賽的球場，充滿了教練與選手的生命細節，也儼然成為了教練知識的生產殿堂。

當然，我最關心的問題，緊扣住實踐現場，與活生生的身體（lived body）經驗直接相關，如同「梅洛龐蒂將意識本身肉身化，為現象學傳統踏出革命性的一步，強調構成世界的主體，永遠是一個肉身化（embodiment）的主體，...沒有肉身化的所在與互動，就沒有處境」²，而且，活生生的身體經驗與自然科學定義的抽象與數字身體不同，肉身化身體包含了「身體的感知、身體的處境、身體的記憶與身體的技術」³，透過教練與球員的互動，肉身化的身體經驗展現了出來，處境裡的實踐知識也得以建構。

曾經在訓練過程後紀錄下來的一段經驗，可以更貼切地傳達我想追尋的意義（2005/02/21）：

.....我想，他們應該可以體會到我平常對他們的用心與付出，在球隊風格的塑造上，我著實用了很多心血，不論在身教、言教上，或是教練與體育老師角色的自我釐清與界定上，都做了一定程度的刻意營造，才会有今天籃球隊的團隊士氣.....

深究這一幕，「當時的我」並沒有去意識到「現在的我」所意識到的問題，當初的我，對於教練的知識，不是那麼地關心，也不是那麼地清楚，但是，經過這段時間以來

¹ 余德慧，《生命史學》（臺北：心靈工坊，2003），218。

² Iris Marion Young 著，《像女孩那樣丟球》（On Female Body Experience: Throwing Like a Girl and Other Essays）（何定照譯）（臺北：商周出版，2006），8-9。

³ 李佑峰，〈籃球場上的身體經驗-肉身化知識的開發〉，《運動文化研究》，5（臺北，2008）：11-15。

的持續實踐，持續反思，持續探究之後，我確實更加確定，知識並非僅存在大腦中，而是隱而不顯地，藏匿在我們視為理所當然的「身體」之中。

談論到此，當我回顧那一次練球之後，撰寫下來的現場筆記時，就可以更清楚地將前思考（pre-thinking）的「活生生經驗」提取到意識的程度來討論，其中我所捕捉下的「在球隊風格的塑造上，我著實用了很多心血，不論在身教、言教上，或是教練角色與體育老師的自我釐清與界定上，都做了一定程度的刻意營造」文字敘述之中，已在無意識的狀態下，把一些難以明狀的、可說的不可說的、若有似無的「身體感受」，輪廓似地描述了出來，例如「球隊風格」、「身教與言教」、「角色的釐清與界定」等等概念，都是在我擔任教練時，隱約之間「感受」到的，也是透過身體「營造」出來的。

當我身為教練，以意識或非意識的層面，語言或非語言的方式，將我所知道的知識透過身體表達出來時，或是從身體感知中「體會到」原本不懂的知識時，教練實踐知識也同時呈現並建構了。

如 D. A. Schon 進行一系列探究實踐認識論（the epistemology of practice）的內涵，以及專業認識（professional knowing）與學術教科書及科學報告和期刊中所呈現的知識，是否有所不同時，曾經提及一個重要的概念，「有能力的實務工作者所知道的通常多於他們所能說的；他們展現出了一種『實踐中的認識』（knowing-in-practice），而他們之中多數人對於其實踐中的認識是隱晦不明的。……實務工作者確實經常展露一種對自己在行動過程中直覺式的認識進行反映的能力，他們亦有時使用這一能力在實踐中因應獨特的、不確定的和衝突的情境。」⁴

教練經驗裡，很多行動超越了意識的範圍，就在不確定的情境，下意識地發生，直到事過境遷，身為教練的我才反省了當下行動的意義，有時候自己明明知道該怎麼做，但卻又總是難以說清楚講明白，「也因此我們難以去解釋甚至去描述在實踐中我們認為極重要的能力，而這使得我們面臨實踐認識論上的問題。」⁵ 為了可以更切近的捕捉教練的實踐知識，理解實踐知識肉身化的內涵，進入敘說之中，植基於肉身化的身體經驗，卻隱晦不明的實踐知識，便會具體浮現。由此，本研究第一部分說明本研究的背景，第二部份以敘說探究的方法進入教練經驗世界，第三部份從活生生的經驗當中看見由抽象到具體的身體實踐知識，第四部分提出一個敘說角度的知識論可能。

貳、從敘說探究（narrative inquiry）進入教練經驗的世界

深度的教練經驗不僅改變了我對於體育、運動的看法，也讓我看到了與原本概念中截然不同的競技世界，覺察了未曾知覺的自我，開啟了自我認識之路。

因為實際經驗的轉折，以及教練之間的相互對談與提問，讓我真的提起勇氣，尋求知識的立足點，捕捉、紀錄、描繪、詮釋我所體驗到的教練經驗，透過探究的過程，逐步將實踐知識公開化。

曾經我採用行動研究（action research）的取向，想透過紀錄自己的訓練過程，發

⁴ Donald A. Schon 著，《反映的實踐者—專業工作者如何在行動中思考》（夏林清等譯）（臺北：遠流出版，2004），14。

⁵ Donald A. Schon 著，《反映的實踐者—專業工作者如何在行動中思考》，31。

現問題，反省盲點，進而找到可行策略，來改進訓練實踐，讓身為教練的自己成為研究者（coach as researcher），成為自己問題的解決者，一段時間後，卻也在實施與反思的過程中，遭遇到了「說不出經驗與生命感」的問題。

剛好在自己這樣的研究旨趣趨向成熟之際，閱讀 D. J. Clandinin 及 F. M. Connelly 所著的《敘說探究--質性研究中的經驗與故事》(Narrative inquiry--experience and story in qualitative research)，處身浩瀚的知識領域中尋求合宜的方法論時，碰觸到他們的研究取徑，產生了一種難以言說的、覓得知音的感覺，因為，身為研究者的我，深深地被他們所描述的自身研究歷程所吸引，也從他們的研究中，讀出讓我感同身受的經驗，漸漸地，我從他們長期發展出的敘說方法論基礎中，照見了自己可以依循的敘說情節。

重新反思傳統量化研究線路，尋求探究生命經驗的方法，讓他們去思考個人生活的連續性與整體性，最終，這樣的思索將他們帶到「敘事」⁶：

...對我們來說，經驗是一個關鍵詞。教育及教育的研究是一種經驗的形式，.....敘說是呈現及瞭解經驗的最佳方式。我們所研究的是經驗，我們敘事式地研究它，因為，敘事思考是經驗的一種關鍵形式，也是書寫及思考經驗的一種重要方法。

這樣的方法論思考，悄悄地觸動著我的心，因為，他們的研究經驗，以及研究的轉向，與我的研究歷程相當類似，他們的故事增添了我的信心，認為自己可以將教練經驗，以敘說的方式呈現出來，而且，他們說出了我的感受⁷：

敘說探究是瞭解經驗的一種方式，它是研究者與參與者隨著時間的流逝，在一個或一連串的地點，並且在與環境的社會互動中，所建立起來的合作，探究者進入這陣仗的中心，以同樣的心情前進，斷定這個探究仍在生活和敘說、迴響和重述之中，以及斷定那些構成人們生活經驗的故事，既是個人的，也是社會的。簡單地說，.....敘說探究是活過的以及說過的故事。

他們說出了我在教練過程中體驗到，卻說不出來的生活感，是一種內在、外在、個人、社會之間的交織與互動，也提醒了我，生活經驗體現在每天所經歷的故事形式之中，我過去所經驗到的，現在所感受到的，以及未來即將成為的，都可以在時間的連續性，以及經驗的整體中，做捕捉與解釋，以切近教練的經驗。

如同「人活在事情中，而事過境遷，往事默入生命的背景中沉默著，過往的經驗可以視為模糊的文本等待被理解、詮釋，亦即，往事必須藉由敘說的方式才得以進一步理解及掌握，因此，人可以不斷地訴說自己的故事來豐富自身的理解，我們只有從生命的背景中去得到意義，藉由回首敘說自己的故事，人才建構了自我的知識⁸」。

因而我走出抽象，走出實證，從籃球教練每天身處的故事情境中，體驗敘說所帶來

⁶ D. Jean Clandinin & F. Michael Connelly 著，《敘說探究—質性研究中的經驗與故事》（蔡敏玲譯）（臺北：心理出版，2003），26。

⁷ D. Jean Clandinin & F. Michael Connelly 著，《敘說探究—質性研究中的經驗與故事》，29。

⁸ 余德慧，《生命史學》，206-207。

的張力，從原本文獻裡的刻板認識，轉變為「身處其中」的立體化體驗，帶隊過程中，教練的內心故事，球員的過往故事，週遭社會文化的故事，不斷出現，在層層故事的重疊之中，我得以逐步澄清經驗的意義，建構教練的實踐知識，也在經驗之流中，意識到了自己寓居於世的方式。

參、從「抽象」到「具體」的身體：看見身體的實踐知識

透過敘說探究的方法，擔任教練的我有意識地紀錄下訓練或比賽過程中的心情故事，或是某些特定情境的現場筆記，積累了一段時間，原本各自散亂無章的經驗片段，逐漸聚合成頗具輪廓的圖像，從辛勤紀錄下的點點滴滴經驗當中，亦覺察到某些反覆出現的主題，隱隱約約透露出身體所隱含的知識線索，經過抽絲剝繭的探究之後，一步步從敘說過程中，指認出原以為抽象，實則具體的身體實踐知識。以下即分為身體形象—儀式身體；身體技術—專業身體；身體密碼—閱讀身體；身體知識—默會身體等部分逐一說明之：

一、身體形象—「儀式」身體

真的對教練的身體產生意識，是在擔任教練之後。

我已經有點忘記，我的第一個高中籃球教練究竟長得如何，只依稀記得他中年的樣貌，有著明亮的大眼睛、黝黑的皮膚，鼓鼓的啤酒肚，穿著一件普通T恤，搭配及膝的、打褶的卡其短褲，永遠斜揹著一個黑色的包包，雖然怪怪的，卻也沒特別意識到什麼，當時只感覺，他似乎長得「不像教練」。

大學時代，雖然唸的是體育專業科系，卻鮮少接觸到教練這一個角色，對於教練的形象，幾乎呈現空白狀態，直到實習結束後，到了松山高中擔任助理教練，才開始正式接觸到籃球教練的不同層面，時間雖短，卻彷彿壓縮般，腦中裝進了很多教練的印象，因為，萬隆學長的教練風格很鮮明，他原本就是球員出身，已有多年的帶隊經驗，每一次練球，他總是一身勁裝，短髮，上半身或無袖，或T恤，或是有領的運動 polo 衫，襯托出鍛鍊過的上半身，或寬闊的肩膀，或壯壯的手臂肌肉，搭配一條膝上的運動短褲，白色運動襪，腳踩 NIKE 籃球鞋，剛好可以清楚看到他小腿的肌肉線條，現身在操場或籃球場，手裡拿著筆記本或碼錶，堅毅又沉穩，帶點殺氣的眼神，我猜，令誰看到這樣的形象，都可以清楚鑑別出來，他就是籃球隊的教練，或許不發一語，卻散發出一股難以言喻的吸引力，以及一股難以掩蓋的力量。

學長身為教練的身體形象，以及球員對他的尊敬感，烙在我的腦海裡，連結了起來，深深地影響著我，甚至改變了我對於籃球教練形象的既定印象，從這個起點開始，我展開教練形象的建構。我開始去注意到，教練的穿著，教練的身體，舉手投足之間，整體所造成的一股「魅力」，在無形之中，向外傳遞出的訊息！

從這一個「經驗啟蒙」開始，我親身跨進了籃球教練這一個原本不熟悉的世界，也開始，改變了我吸收知識的角度，開始對與教練相關的各種知識感到興趣，尤其是與籃球教練有關的議題，總會吸引我的注意力。我發現，ESPN 有一個專門報導籃球的節目

叫做 NBA inside stuff，節目中，隨著鏡頭，介紹許多教練與球員球場下的真實面，透過訪談、拍攝、解說，忠實地呈現平常不為人知的籃球人事物，或許，在我擔任教練之前，看到這種節目，只會將它當作休閒娛樂的一部份，看看熱鬧，聽聽八卦，不會有太多的用心，大概也不會當一回事，但是擔任教練之後，只要時間許可，我就會專注地「閱讀」著影片中所呈現的每一幕，特別是有關球隊私底下練球時的情境，更是我的最愛，因為與自己的教練角色有切身的相關，NBA 又是籃球世界裡的最高聖殿，象徵著一種「絕對標準」，從一連串畫面中，我細心地解讀，尤其關注教練的身體形象，似乎想從中找到某種自我的印證！

幾次的經驗下來，我發現 NBA 級的教練，在正式比賽時，有正式服裝的限制，站在賽場上，總是西裝筆挺，甚至有些教練還刻意營造了自己穿著的品味與風格，亦成為鎂光燈的焦點，但是，只要在平日練球的場地上，他們的穿著倒是相當一致，膝上的運動短褲，搭配紮進去的運動 polo 衫，白色的運動襪，正統的籃球鞋，偶爾在場上做動作指揮，偶爾在旁邊鼓勵吆喝，除了年紀較大的教練會穿著運動長褲以外，幾乎所有的男教練，身上的配備都有了一種默契，趨向一致的型態。

這樣的畫面，帶給我的資訊，恰好與萬隆學長給我的形象相印證，也從這樣的印象連結開始，我開始「知道」籃球教練的穿著方式，也開始「相信」籃球教練的身體形象所造成的無聲影響，進一步將這「知道」與「相信」化為實踐，將自己的身體作為實驗室，將知識化為行動，在實踐裡尋求驗證。

因此我慢慢建構出了身為籃球教練的「個人儀式」，有別於體育教師角色的穿著與心態，在每一次的練球之前，我會儀式性地展開服裝儀容的打扮，長時間做下來，幾乎已成為一項必要的前奏。

帶著練球前的心情，我會清洗雙手，戴上隱形眼鏡，為了可以清楚觀察場上與場下的每一個細節；換上無袖的運動 T 恤，或是運動 polo 衫，穿著及膝短褲，高過腳踝的白色運動襪，換掉慢跑鞋，穿上籃球鞋，在「整裝」的過程中，我不再只是一位體育老師，也不是一位研究者，彷彿有一道光，慢慢的從頭到腳，掃射過我的身體，在這個簡單的過程中，似乎存在著一個神奇的轉化過程，將我隱含的知識化為實際的身體形象，等待著這個身體形象展現威力。

看著鏡子中的自己，整理髮型，等待一股內心的聲音告訴我：「嗯，可以了！」我就會在脖子上掛起黑色裁判哨，帶著碼錶、戰術本、一瓶水，深吸一口氣，「練球了，教練！」隱約之間，我輕聲卻堅定地告訴我自己。

慢慢才更清楚，充滿意義的身體，加上服裝的延伸，儼然成為了人我之間「溝通」的平台；塑造了一種超越口語或文字、非語言（non-verbal）的傳播⁹，當我換裝成教練的穿著，除了自我身份的認同與肯定之外，我正是在對著外在世界，做出某種意義的表達。

在身分認同上，日常生活累積的教練形象感知，默默在內心裡告訴自己：「要穿得

⁹ M. Barnard 著，《流行溝通》（鄭靜宜譯）（臺北：桂冠圖書，2004），40。

像教練啊！這樣看起來才專業啊！」除了身體的鍛鍊之外，接收到了關於籃球教練穿著的訊息之後，我便從無意識的穿著，變成有意識的「換裝」，而在換裝過程中，我將腦中的形象與訊息轉化成具體的穿著，從上衣的類型，到短褲與襪子的長度，球鞋的款式，配件，一個部分一個部分加總起來，讓我自己「自認為」自己看起來「像是」一位教練，也從這自我認同的裝扮過程，增加了自我肯定，這樣的身體形象，形成一層保護膜，賦予我神聖力量，面對神聖的球場。

此外，從與球員穿著的「對照」之中，我更進一步意識到我之所以產生出此種身體儀式的深層意義。從球員球場上的穿著與肢體，我越來越清楚的感受到，在「差異」的表述之中，教練藉由身體儀式塑造出了「權力」與「階級」。

訓練過程中，身為教練的我要求球員必須穿著統一的球衣，一方面型塑一種集體的認同，穿上學校的球衣，代表的就是校隊的一員，肩負了不一樣的責任，也讓其他同學，知道這是籃球隊在練球，從訓練服裝的統一上，強化認同，製造區隔。

因此，以正常狀況來說，在整個籃球場上，就只有兩種服裝，一種是球員們穿的，統一的樣式，另一種，就是身為教練的我所穿著的，身體儀式下的外在呈現，藉由這樣的區隔，產生了分辨性，教練的身分就這樣突顯出來了。

透過我細膩的觀察，受到嘻哈（Hip-Hop）風格的影響，高中球員們喜歡穿著寬大的T恤或無袖球衣，搭配長度超過膝蓋的垮褲，襪子的長度絕不超過足踝，用髮蠟抓出刺刺的頭髮，聽著嘻哈音樂，穿著球星代言的球鞋，一副「屌屌的」樣子。

身為教練的我，透過身體儀式的裝扮與轉化，來加強教練與球員之間的差異，對照著球員的身體，我穿著膝蓋以上長度的運動褲，腳踝上的稍長襪子，非明星球員代言的基本款球鞋，再搭配「穩重」、「俐落」的肢體展現，彷彿「兩個陣營」，他們是嘻哈派，我則是教練派，派別裡的細節差異，細膩地傳遞出教練的權力，也無形之中建構出了高低的階級。

「不同文化社會用各種方法修飾裝點天然的肉體，意圖提增其社會評價與性吸引力¹⁰」，身處在這個時代氣氛下的我，扮演教練角色，觀察眾多媒體訊息，理解了當代的嘻哈文化，區分出了教練與球員在場上的不同裝扮，透過衣著整體的裝扮，身體儀式的外顯，我為自己的教練形象給出了象徵的文化符號，彰顯出教練的特殊性，以及特殊性所夾帶的權威力量。

二、身體技術——「專業」身體

擔任教練以來，與球員互動，反思自己的訓練方式，觀察其他教練的表現，一連串的過程持續下來，讓我對於教練的身體，有了更深一層的思索。

回想起我的高中籃球教練，其實他很少教我們打球，多半只是站在場邊看著我們，偶爾給我們一些情意式的回饋，例如：「不錯喔，有進步喔！」對於籃球的觀念、動作、

¹⁰ J. Robinson 著，《美學地圖》（薛綯譯）（臺北：商務出版，1999），ix。

技巧，並沒有傳授給我們，所以我不知道他是不是真的會打籃球。

我只清楚的記得，有一次他不知怎麼的心血來潮，竟親身下場示範卡位搶籃板的動作，把我牢牢地卡在外圍，動彈不得，而我，也從那一次的身體接觸中，清楚「感覺」到了卡位的時機、力道與方法。

在那次親身的接觸之前，一般我們只會口頭說：「要卡位啊！」但是卻不知道該怎麼做動作，可是他透過身體的實際動作，讓我真正「體會」到身體的重心、膝蓋與大腿的力量、起跳的時機，很神奇的感受，平常說也說不清楚的動作，他卻只用了一次親身的示範，就在身體接觸之間，讓我的身體「學會」了，而這一幕，一直停留在我的腦海裡。

對於教練給我們的其他語言說明，我完全沒有印象，可是那一次的身體接觸經驗，卻牢牢地烙印在我的身體，滲入了我的身體肌理，卡位搶籃板的「口語知識」，成功轉化成為我的「身體知覺」。

一方面因為過去的教練曾留給我這個終生難忘的經驗，一方面則因為萬隆學長實踐式的示範訓練方式對我的啟蒙，讓我自己身為教練之後，逐漸建構了一種「教練專業身體」的信念。

這樣的信念，體現在我這樣一個年輕的教練身上，確實改變了我自己「對待身體」的方式，雖然擔任教練初期，我並沒有清楚的意識到這些，也沒有從中產生執行的信心，但是透過不斷實踐，不斷修正，反覆思索與行動之後，開始產生了種種印證的力量，轉化成為了我的實踐知識。

而這樣的實踐知識，確實是從經驗而來，也在經驗過程裡，逐步成型，從一次次的實際身體示範，我感受到了自己內心的踏實感，也察覺到選手無形之中的轉變，暑假集訓時，由於密集的與選手產生互動，時間寬裕，讓我對這樣的假設，有了直接印證（2005/07/14 現場筆記）：

...我站在旁邊觀察他們，雖然靜靜的沒有說話，讓他們知道我正望著他們，他們的動作質量便會提高。看到新來的高一不太會做 march 跟 slide，我還是下場示範正確動作及該有的動作質感讓他們模仿，這樣他們可以吸收的比較好，至少比沒有示範而直接用嘴巴講來得好。

...我自己認為用了真正的動作質感及力量在示範的時候，不只感覺踏實，球員作起來也比較有力氣，動作的重點，比較表現的出來！

類似的場景，常在練球過程中發生，讓身為教練的我，感受相當深刻，因為，有些動作的型態，難以用語言做清楚的說明，特別是角度、力道、質感等等重點，通常，只用語言來描述，並無法順利地達到「教」球員的目標，反而透過親身的身體示範，讓球員透過直接的動作觀察、解讀、揣摩，再反覆地練習，透過身體的模仿，更能夠達到教

練所要求的動作細節。

因此，當教練具有「親身示範」的能力，將自己的知道，轉化為身體的實際動作，讓球員從身體上直接吸收，進而瞭解到教練所欲傳達的知識時，比起單純的口頭提示來得更有效率，球員的學習也更具「身體性」。

尤其是，當我從球員的提問中，意識到與我原本腦中截然不同的知識論時，我就更確信教練身體示範能力的必要性與價值（2005/09/19 現場筆記）：

球員們提出來的問題讓我意識到，其實球場上遇到的都是「具體的動作問題」，例如小四問我：「教練，我一接到球，就會有一支一直壓上來，我該怎麼辦？」我才意識到，原來這種語言，這種知識，這種身體的直接面對，才是球員在場上遇到的，而解決他們的問題，除了口頭說明之外，應該要從具體動作的角度出發才行！

有時候，示範是最好的說明，透過實際的動作接觸，再配上說明，往往讓球員較能“感受”得到。...較少直接面對面讓他們“感覺身體”，只用口語或觀念上的教，似乎效果有限！

我記得寫下這一段現場筆記時，清楚感受到的經驗震撼，球員們提出實際的身體動作問題，並用直接的身體動作去陳述他們的問題，而我，感受到他們的疑惑之後，瞭解到了自己口頭說明的「抽象性」，進而轉化我的知識，透過實際的身體動作與身體接觸，傳達我的解答，透過具體的身體示範，我直接傳達「身體性」的知識，而球員們也表達出他們學習之後的身體動作，讓我知道他們已經體會到，而且可以做出來了。

訓練過程裡，球員不經意地提問，加上身為教練的我有意識地反省，終究讓我開啟了口語知識之外的另一種知識管道，讓我知道，並逐漸確信，教練的身體技術，不但是是一個知識庫，更是一個知識傳播的重要媒介。

慢慢建構這樣的知識系統，我對於自己身為教練的身體，也產生了不一樣的要求與對待！由於動作質感上的示範需要，我不得不去「鍛鍊」自己的身體，開始有了這樣的觀點與想法之後，我逐漸將自己的身體當作「教材」來看待，為了可以在教球過程中達到理想的示範，我開始規律地保持自己的體能，開始自律地慢跑，增加腿部的肌力，持續地重量訓練，一方面維持清晰的肌肉線條，一方面提昇自己上肢的力量，甚至，利用課餘時間，除了在腦中思索籃球戰術與觀念之外，更會實際抱著籃球，到球場運球、投籃，在有意識地練習下，不僅將很多原本不清楚的動作細節搞清楚，也察覺到許多未曾意識到的動作原理，更讓我原本的技術水準，更細膩，也更精緻。

所以我常會像「瘋子」一樣，在學校的走廊，一想到某一個球員的動作問題，就會在原地揣摩起實際的動作，反覆的比畫，持球，彎肘，出手，手指下壓，眼神，膝蓋彎曲度，力道……，一個步驟一個步驟，我有意識地檢核我的身體動作，然後綜合所有細節，做出連貫的整體，操場，走廊，游泳池，任何一個可能的場所，都成了我的教材試

驗場，有時被學生看到，他們只是嬉嬉笑笑：「峰哥，帥嘞！」單純的學生以為我在耍帥，卻不知道這其中蘊含著教練的思索，以及身體實踐知識的深層涵義。

持續實踐了這一段時間之後，我真的感受到教練身體的實質與象徵力量，因此，除了籃球書籍的閱讀之外，我更親身地關照我自己的身體，利用訓練之餘的時間，加強自己身體上與技術上的訓練，常在職場上聽到一種戲稱，「教練喔，就是『叫』別人去『練』啦」，帶有一種貶低運動教練的意味，雖然說出了某些事實，卻沒有說出我的親身感受（2005/07/21）：

...自我要求的更深層，其實是想把自己的體能再提昇，因此，我常要求自己做重量訓練，跑操場，在這種自我要求下，雖然累，也比較痛苦，但是卻可以讓我站在球場上，站在球員面前，做示範，講解，都更有自信，也更無懼！

我想，雖然我只是一個小小的基層籃球教練，但是我卻一樣肩負著一個很神聖的任務，把喜愛籃球的年輕學子，導向一個正確的方向，並盡我的能力，提昇他們的籃球技術與觀念，因此，只要是有益於訓練的努力，我都願意投入，而教練自己的「身體技術」提昇，對我來說，便是一個值得繼續下去的層面。

三、身體密碼——「閱讀」身體

一直與我們在一起的身體，看似默不作聲，卻直接向我們訴說意義。

擔任了籃球教練，和過去的自己之間，最大的不同，就在於有了很多機會「閱讀身體」，以前的我所不知道的是，擔任教練，工作重點之一就是觀察球員的身體，訓練與比賽，要仔細觀看球員的身體動作與身體反應，「腳步蹲得夠不夠低？」「有沒有抬頭看全場？」「投完籃手臂有沒有伸直？」「腰部有沒有挺直？」「過人切入有沒有壓肩膀？」「累了嗎？臉色發白？」「表情憤怒？」細膩地觀察球員的身體，具體地分析球員的身體動作，成了教練的必要工作，對於身體動作的質問，成了教練關注的焦點，有效閱讀球員的身體，就成了教練關鍵的專業能力。

也因此，教練在日常生活裡必須關照球員們在身體上的改變，長高了，變胖了，神采飛揚還是愁眉苦臉，有一次球隊做重量訓練時，我便對這樣的教練知識有所感觸（2005/08/29 現場筆記）：

.....練重量，著重在上半身的肌力訓練，看到他們幾個脫了上半身，肌肉形狀已經出來了，二頭肌三頭肌都已經有線條，可見還是有訓練的效果；偶然間聽到阿明跟阿基說他胸口悶，用手按著胸口，用力的吸氣，其實從剛剛在六樓熱身時，我就注意到阿明一直用手撐著膝蓋，低著頭，一直深呼吸，似乎喘不過氣似的！

很深的感受是，觀察及關心球員的身體反應是很重要的一个部分，教練本身如果可

以具備醫藥與筋肉的知識，球員受傷或酸痛時，就可以馬上幫忙做正確的處理或治療。

沒有擔任教練，沒有與球員有這麼深的接觸，我想，我也不會意識到這些與身體之間，隱約存在卻密切相關的意義，更不可能了解這些身體訊息的價值。直到真正當了教練，從實踐之中，我才慢慢解讀了身體觀察這項能力。

球員的一個眼神，一個皺眉，都可能具有情緒上或知識上的可能意義，教練透過正確的知識背景，指認出球員的身體意義，在知識的實踐上，佔有很關鍵的意義。

正確閱讀球員的身體，不單得從身高體重的「數字」計量觀察切入，也得從身體語言的「體知」觀察，更得從難以說出的「價值信念」上做解釋。

在實踐上，擔任教練的我慢慢遭遇到「選材」的問題，甄選國中的籃球資優生，我首先觀察到的是他們身體的外觀「適不適合」打籃球，身高多高，體重多重，肌肉有沒有過度訓練後的線索，骨骼有沒有繼續生長的可能性。從訓練的過程裡，我透過球員跑、跳、擲的外顯動作，來鑑別他們的肌肉力量、爆發力、柔軟度，也從測驗的「秒數」中，讀出他們身體的能力，以及可以進步、加強的部分。

密切關心球員身高、體重之間的平衡，「會不會太瘦？會不會太胖？」調整這些計量觀察與身體動作之間的協調問題，「會不會不夠靈活？會不會反應太慢？」成為了教練訓練處方的具體參考。

球員們也很關心自己的身體形象，常彎著手，憋氣，用力指著自己手臂的位置問我：「教練，這一塊肌肉要怎麼練？」或苦著一張臉：「教練，我這裡好痛，好像是骨頭的問題？」讓我察覺到，指認出肌肉與骨骼的部位及訓練方式，成了教練不可或缺的一項能力，如同《身體的語言》一書中所述：「要看得見肌肉，必須經過訓練。...若沒有對於肌肉的基本瞭解，則什麼也看不見。」¹¹大學時代體育系的人體解剖學訓練，讓我擁有了生理學上的人體構造知識，讓我可以面對球員的身體，分辨出不同肌群，說出肌肉與骨骼的名稱，進一步，我才能設計出強化肌肉的訓練計劃。

除此之外，教練必須具有很高的敏銳度，以辨別出球員的身體表現所透露出來的隱含意義，例如，當球員在一陣激烈的跑動之後，皺著眉頭，鼻孔跟嘴巴張大，強烈的吸吐氧氣，彎著腰，雙手撐著膝蓋，抓著球褲下緣時，表示這個球員的體能已經耗損到一個程度，需要稍作休息了；比賽中，一個球員開始激烈的運球，用著不是平常練球習慣的步調勉強投籃時，代表他可能受到對隊球員的挑釁，而想「要回來」(pay back)，教練必須適時地安撫他的情緒，點醒球員，讓他的身體恢復正常步調；訓練過程中，一個球員突然跑得很快，跳得很高，短時間內急速進步時，教練就必須更注意他的身體細節，因為短時間內超水準的身體表現，亦容易出現肌肉拉傷的狀況。

振奮的身體，搭配著充滿精神的眼神，舉手投足，看不見一絲絲懈怠；消沉的身體，

¹¹ 栗山茂久著，《身體的語言——從中西文化看身體之謎》(陳信宏譯)(臺北：究竟出版，2001)，121-123。

低著頭，垂著肩，彷彿長嘆一聲般，未戰先敗。透過閱讀，理解球員訓練與比賽的身體意義，如同破解密碼獲得寶物般重要。

當我試著問自己：「我是如何認識到這些事的？」經過了這些教練經驗之後，「究竟是什麼，使我產生了更細膩的，正確閱讀球員身體的能力？」

這讓我不得不意識到，教練「閱讀身體」的能力，並不完全等同於運動科學上所談的「動作分析」，也不等同於教科書上所描述的「普遍規則」，因為除了「數字」、「角度」、「去脈絡」的可度量說明之外，更多的閱讀能力似乎體現在難以言說的「感覺」、「示範」與「經驗」之中。

如同 Michael Polanyi 在《個人知識》（Personal Knowledge）裡試圖說明的，「...就技能所說的一切同樣適用於行家絕技。醫療診治師的技能既是動手的本領，也是致知的本領。測試與品嚐之技像游泳和騎自行車那樣比較屬於肌肉的技能是相貫的。像技能一樣，行家絕技的交流也只能透過示範，而不能透過技術規則。要成為酒類品嚐專家、要習得品嚐茶葉的無數種不同混合味道的知識、要把自己培養成醫療診治師，你就得在師傳的指導下歷經長期的實踐。除非一位醫生能辨認出某些症狀，如肺動脈的二次重音，否則，他對關於這個症狀症候群的描述的閱讀就毫無用處。他必須親自致知這種症狀。只有透過示例以反覆聽診被權威地認為有此症狀和無此症狀的病例，直到他完全區分出這兩種症狀的不同，並且可以在實踐中令專家滿意地演示他的知識時，他才能學會這種知識。」¹²在我擔任教練的過程裡，閱讀球員身體的致知能力，也同樣處在此種不可言傳的特性之中。

觀察球員的身體表現是教練必要的工作，從一次次的觀察之中，我提取過去在籃球場上的經驗，來對照出球員身體所展現出來的意義。

我跑步，所以我「懂得」跑步之後的疲累與酸痛，我投籃，所以我「懂得」投進與投不進的差異，我參與比賽，所以我「懂得」被打拐子之後的情緒，有了自身身體經驗的一次次累積之後，我的身體無形之中產生了「感知」的意識，也形成了「記憶」，在我的腦海裡，我的身體裡，不自覺地「擁有」了這些來自經驗的知識，直到有了閱讀球員身體的需求，才讓這些知識從無意識的實踐中，提取出來，用在解讀球員身體意義之上。

反思這一個原本無意識的過程，我才開始確認，教練閱讀球員的身體，確實是一項行家絕技，藉由 Polanyi 的說法，「實施技能的目的是透過遵循一套規則達到的，但實施技能的人卻不知道自己是這樣做的」¹³，在我意識到自己的經驗與正確閱讀球員身體的能力之間有所關聯時，我才逐漸澄清了自己發揮這項能力時所運用的實踐知識。

四、身體知識——「默會」身體

¹² Michael Polanyi 著，《個人知識——邁向後批判哲學》（許澤民譯）（臺北：商周出版，2004），70。

¹³ Michael Polanyi 著，《個人知識——邁向後批判哲學》，64。

曾經有一次校慶，當著全校師生的面前，一位數學老師向我挑戰一分鐘的三分球命中球數，好在平時的我勤於練習，雖然過程中內心仍感緊張，但終究以懸殊的比數贏了對方，也獲得學生們的喝采。

類似的經驗經常發生，特別是正值青春期的學子們，更是喜歡向體育老師挑戰運動技術，讓同時身為體育教師與籃球教練的我，深深地感受到「身體」所散發出來的強大力量，確認了身體潛藏著難以被察覺的意義，體現在流暢的動作或技術發生的瞬間。

尤其是在籃球隊訓練的過程裡，更讓身為教練的我，得以窺見技術與動作，無形透露出來的知識，有些在腦中還不是很懂的觀念與知識，會在動作執行的過程裡，讓我「看見」，原本沒有意識到的關鍵重點，或是仍有混淆的部分，也在屢次的實際動作中，獲得澄清。從訓練裡，我看見了身體知道，而且不經大腦思索，即可表現出來的知識，如同 Lecoq, J. 在《詩意的身體》所說的：「...教學是我的熱情所在，目的是為了深入瞭解；靠著教學我才能繼續對動作這門知識探索，唯有教學才能讓我更了解事物運動的方式。因為教學才使我發現，原來身體知道很多大腦不知道的事！」¹⁴

原本我一直認為，教練本身必須擁有確定的認知知識之後，才可以順利將所會的知識教給球員，但是，在持續不斷的訓練、進修與求知過程中，總會遭遇到原本不懂的觀念，或是尚未確定的知識。

透過經驗發現，在教練的知識系統尚未建構完整之前，會有一種「知識空窗期」存在，有某種似懂非懂，既相信又不確定的狀況產生。

剛開始擔任籃球教練的時期，急著想要把我會的籃球知識傳遞給球員，因而產生一種自我要求的內在壓力，想要把所有的觀念與知識，在短時間裡，完整地表達出來，連所有的細節，我都認為我應該，而且在能力上必須做到那樣的程度。

因為教練生涯起步初期有著這樣的假設，不只讓我有時慌了手腳，甚至有時候對訓練產生些許恐懼，因為，在那樣的自我要求與假設下，教練的教球內容必須是無懈可擊的，必須是完整無缺的。我現在才明白，當初那樣的假設，有一種根本上的錯誤，不僅讓身為教練的我，深深地處在難以自我突破的困境中，也讓球員感受到「總是學不會」的困惑，更讓教練與球員的互動中，增添了因為「搞不懂問題出在哪裡」而激起的煩躁情緒，有時候讓練球氣氛僵化，有時候也讓身為教練的我挫折感纏身而無力開解。

經歷過了這一段時間的教練經驗，自己在打球過程中的體悟，教球的實際驗證，與球員之間的對談，籃球書籍的持續閱讀，與其他教練的聊天互動，慢慢地解構了我原本的知識假設，甚至對於腦中深信不疑的籃球知識，也有了實際經驗上的不同理解，以往我認為「知識導引出動作」以及「知識都是完整的」假設，也因為有了教練的真實經驗，而有了重新建構的機會。

深刻的感覺到，書本上所寫的知識，似乎都是「完整」及「確定」的知識，包括許多美國教練所撰寫的籃球教科書裡，也都表達出某種確定且完整的籃球知識體系，但

¹⁴ Jacques Lecoq 著，《詩意的身體》（馬照琪譯）（臺北：桂冠圖書，2005），11。

是，在閱讀過後，回到實際的訓練與比賽場域，兩相對照之下，就可以知道真實的籃球世界，還是與書本上描述的籃球世界，有著根本上的知識差距。

在動作與知識之間，實際的訓練經驗讓我產生教練知識論上的翻轉，屢次發生的真實感受，逐步導引出不同於以往的認知（2005/09/19 現場筆記）：

一直以來，潛伏在心中的問題，慢慢展開了曙光……，跑完步，開始惦記著待會球隊的練球內容，要教球員 press break，心中雖然已有腹案，但也有種尚未準備周全的感覺，一方面大概了解整體概念，一方面卻又不確定所有的細節，因此不放心地拿出老美的資料再次複習，也拿出戰術版來演練一番，時間到了，大致清楚該有什麼 drill 了，即使未能百分之百掌握，卻仍得上場面對。

在練球過程中，想盡辦法，一步步建構球員們的概念，說明及示範著我自己都不是百分之百確定的知識，這是一種很有趣的情境，有時候，在動作之間，原本沒有想過要說明的細節，會突然出現！也就是說，原本我的腦中沒有的觀念，會在動作的執行之中出現，當我從身體動作中“看見”之後，我就能夠立即的補充，這又是另一種從動作之中產生知識的路徑！而且，動作所傳遞出來的知識細節，更適用於實際的球場。

當了教練之後，才發現習以為常的動作之中，真的隱藏了很細微的觀念在其中，沒有親身涉入，或深入探索，不會察覺，也不容易搞懂！

這種實際現場的知識啟發，在教練進行球隊訓練的過程裡，不斷地發生，也開闊了我原本的籃球視野，漸漸地更動了心中原本的知識假設，轉化了我訓練過程裡的實際做法，從動作的執行中所導出的知識，源自於身體，也因此，透過這類由動作所引發的知識講述、說明及示範，也更能有效地改善球員們的動作問題，更能貼切因應球場所需，更能夠達到實際身體知識上的「教與學」。

這種默會的身體知識，有別於腦中擁有的抽象知識，是在實際的動作與執行的現場產生的，不同於教科書裡的文字描述。

以籃球快攻觀念裡的三線平衡（3 lanes balance）來看，以抽象知識的角度，教練會告訴球員：「一號球員要接應來球（out-let），與兩翼（wing）保持一個速度上的平衡，在弧頂停球，吸引防守者，將球送到空檔的對友手中，上籃得分，並以簡單的路線圖來說明此一概念！」以這幾年的實際教球經驗來看，這樣的知識是抽象化的，是固定不動的，是教科書裡描述的，教練腦中若缺乏這樣的觀念，畢竟仍無法透過訓練傳遞給球員，但是，若僅僅只是做此類知識上的描述，卻也無法有效地精緻球員的真實動作，或讓球員因應多種可能發生的情境，因此，訓練的過程中，教練必須將這種抽象的「概念知識」，轉化成動作上的「身體知識」，因應比賽的「情境知識」，透過口頭講解，伴隨場上的身體示範，加上球員親身的體會，一次一次的建構，持續不斷地修正，才可能讓球員逐步逼近「知與行」的有效融合中。

因此，跳脫籃球教科書上的抽象知識，進入到真實的訓練情境裡，教練所做的是訓練一號球員如何伸手要球，如何保護球，到哪一個位置接應，上半身的護球動作，下半身的重心與腳步，接到球之後眼睛要看哪裡，何種情況之下運球，何種情況下直接長傳隊友，如何在弧頂停球，停球時的身體重心降低等。而兩翼，教練則必須教會他們判斷我方掌握籃板球後，何時該往前跑，把握快攻機會，在場上跑動的實際路線，以及與持球者的位置與速度關係，透過眼神與喊聲提醒隊友自己的空檔，進入弧頂之後伸手要球，上籃的力道與空間，要不到球之後如何移動轉換成系統戰等等。而這整套的三線快攻觀念，可能還未包括中鋒如何保護防守籃板球的身體技術，如何起跳，如何轉身給球，何時給球，以及跟隨的拖車（trailer）動作。

每一個動作的執行，每一個觀念的轉化，都不僅僅是教科書上的文字可以充分說明，有關動作的「力度」、「質感」、「時機」，乃至於執行的「連貫性」，因應突發狀況的「機動性」，在在都與身體相關，與籃球場相關，與獨一無二的情境脈絡相關，因為「在實踐中還有很多其他因素要考慮在內，...一門本領的規則可以是有用的，但這些規則並不能決定一門本領的實踐。它們是準則，只有在與一門本領的實踐知識結合時，它們才能作為這門本領的指導。它們不能代替這種知識。」¹⁵

從這樣的角度細想，究竟擔任教練的我，是如何「教出技術」的呢？

更深入討論在實際的訓練現場裡，教練對於選手所做的「技能傳授」時，就更可以貼近實踐的脈絡性，逼近其中的知識建構。

在此，意識到《個人知識》裡，Michael Polanyi 所討論的工具使用情形¹⁶：

當我們用鐵鎚釘釘子時，我們既留意釘子，又留意鐵鎚，但留意的**方法卻不一樣**。當我們**看著**錘擊釘子的效果，並力求用鐵鎚最有效地敲打釘子。當我們往下甩鐵鎚時，我們並不覺得錘柄擊打著我們的手掌，而是覺得錘頭擊中了釘子。然而在某種意義上，我們顯然對握著鐵鎚的手掌和手指的感覺很警覺。這些感覺引導我們有效地把釘子釘上，我們對釘子的留意程度與對這些感覺的留意程度相同，但留意的**方式卻不一樣**。其不同可以用這樣的話來敘述：感覺不像釘子那樣是注意力的目標，而是注意力的工具。感覺本身不是被「**看著**」的；我們看著別的東西，而對感覺保持著高度的意識。我對手掌的感覺有著支援意識（subsidiary awareness），這種意識融彙於我對於釘釘子的焦點意識（focal awareness）之中。

扮演教練角色，進入實際訓練現場，有了真實情境的「技能教學」，透過長時間反覆的實踐、思考、反省、修正，從技能教學的過程中，我清楚地感知到其中關於支援意識及焦點意識間的相互關係。

就從跳投（jump-shot）這一個籃球基本動作訓練的例子上，便可以逼近身體默會

¹⁵ Michael Polanyi 著，《個人知識—邁向後批判哲學》，64。

¹⁶ Michael Polanyi 著，《個人知識—邁向後批判哲學》，71。

知識呈現的過程。

身為教練，身為一個研究者，在將實踐知識具體化在文字描述的企圖之前，我雖然沒有意到我是「如何做到的」，可是我卻在回頭反省過去時，驚覺到我其實「早就已經做到了」。

最早以前，我腦中並不清楚，究竟「跳投」是什麼，是由哪些動作所「組成」，記不得從哪一個瞬間我開始對著籃框投出了第一個籃球，但是，我的身體確實早已經那樣做了，在我意識到這個技能之前，我的身體早已經開始作出跳投動作了，在練習中，我跳投，在比賽裡，我也跳投，甚至，我可能也沒留意到，我正在「跳投」，自然而然地，我一直在「練習」這一個動作，「操作」這一個動作。

跳投對我來說，是一個「連續」的身體動作，也是一個「整體」的身體動作，彷彿用鐵鎚釘釘子的動作，一開始，我並沒有特別留意我究竟意識到哪些，我只是直接「拿球，運球，跳投」，然後看看球有沒有進籃框，反覆這個動作而已。因為，跳投動作的諸多細節，已經在我的身體動作中連貫了，我沒有個別地意識到它們，因為細節已經隱沒入支援意識之中。

直到對籃球運動有了更深入的認識，我才開始接觸到了投籃的相關「知識」，從教科書的說明裡，我才知道「五支手指頭張開持球，右手持球，左手在旁輔助，投籃前膝蓋微蹲，出手時保持肩膀、手肘、手腕在同一個平面上，出手後手指頭向下壓讓球後旋」，直到這些命名與知識進入我的意識裡，我才從連貫的、整體的、無意識的身體動作裡，「指認」出各個細部動作，「定置」出焦點意識。

這樣的指認與定置，雖然讓我更能用語言表示出連貫動作的細部分解，但其實「說出的」投籃技術，仍然跟「真正的」投籃技術，有著截然不同的分野。

因為「真正的身體動作」與「敘述的動作要領」之間，仍然有著巨大的差異，可以「說出」這一連串的動作要領，不表示可以正確地「做出」投籃的動作。

類似戲劇學習的經驗，「把一份活生生的戲劇學習經驗轉化成文字的困難，...只有靠著在運動中的身體才能真正感受到一個動作的適切度，一個手勢的精確性，與一個空間的重要性；只有在表演中的演員能夠從老師警告的眼神中感受到其表演的偏移、猶豫與錯誤，只有一群完全投入這場探索的學生能真正產生『頓悟』，即使他們領悟的只是一部份；劇場與身體表演是一種活生生的經驗，它藉由口耳相傳與時間累積這兩項就知識啟蒙而言不可或缺的元素而傳遞...。」¹⁷ 籃球世界裡，有太多太多「說不完」的知識與「不可說」的實踐，無限的知識可能，唯有透過教練親身的觀察、示範、糾正、揣摩，才可能傳遞出活生生的籃球經驗與知識，而唯有親身參與籃球訓練與比賽的球員，在一次次身體動作的反覆操作、感受、修正之中，體會原本無法體會的動作質感，逼近更無法言傳的實踐知識。

肆、結語：一個知識論的可能

本研究從教練與球員的身體經驗開始，以敘說探究的方式，呈現出了埋藏在身體經驗裡的，不易被賦予意義的身體實踐知識，走過了這一段探究的歷程，雖然經過重重關

¹⁷ Jacques Lecoq 著，《詩意的身體》，ii。

卡，歷經許多波折，總算從自身的身體經驗中，提煉出值得探究與深思的實踐知識。再回過頭看待研究者自己過去腦中的知識假設，便會窺見很多原本沒有意識到的反省空間，等著被挖掘與進一步澄清。

首先看見的是，在觀念上，受到傳統體育科學化教育的洗禮，教練及球員容易不加思索地受限於數字的、化約的、實驗室的、可複製的身體定義，習慣將身體作為客體化的「物體」來對待，因為，客體化的身體解釋不僅較容易被學術界所接受，不涉情感、不管脈絡的身體，也更容易被紀錄與分析。但是，若我們深思身體經驗的本質，就必須承認，經驗不只是活生生的、變動不居的，同時它也跟我們存在的處境息息相關，除了自然科學式的探究方法論之外，生活經驗的述說探究反而更能彰顯出貼近於實情的、容易被理解的實踐知識。

此外，運動訓練與比賽田野裡，隱藏了諸多透過身體的實踐而彰顯出來的知識線索，但是身處在每天日常生活的教練與球員，為了因應終年辛苦與激烈的訓練及比賽情境，少有機會與心力「正視」這些看似粗糙、破碎，實則細膩、珍貴的田野經驗；正因為如此，每日伴隨著教練與選手的經驗點滴，也就輕易地被拋諸腦後而逐漸淡忘，況且，面對種種經驗，從經驗之中提煉出知識結晶，是「需要經過許多曲折迂迴的，如果不是下定決心要知識化這些經驗，可能中途早就放棄不管，讓經驗繼續模糊地埋在心底」¹⁸，所以，如果可以有意識地紀錄、反思、詮釋自身的實踐經驗，最終一定可以得到最有價值的回饋。

也因此，處於實踐場域的教練與球員首先必須萌生知識典範翻轉的意識，讓自己化身為自身實踐經驗的探究者，關懷、珍視自己的生活經驗，對自身的實踐保持信心，抱持好奇，便能逐步生產植基於實踐歷程的知識。

再者，實踐經驗的表層渾沌不明，與我們形影不離卻也總是稍縱即逝，探究者必須有耐心地紀錄捕捉，有創意地思索想像，有勇氣地給予經驗意義與名稱，如此一來，便可以如己所願，撥雲見日般地「看見」身體的實踐知識，留下美好的知識回憶。

¹⁸ 劉一民，〈職網陪賽經驗的知識建構：三色空間交往模式的發現〉，《運動文化研究》，1（臺北，2007）：26。

airiti

A Narrative Inquiry of a Coach and His Players **—To See The Practical Knowledge of The Body**

Abstract

This study adopts the methodology of narrative inquiry to investigate a basketball coach's real experience in the sports field. The researcher indicates profound experiential stories and the meaning of coaching experience. From the body image—ritual body, body skill—professional body, body code—bodily reading, and bodily knowledge—tacit body, the coach reveals the practical knowledge.

Keywords: coach, narrative inquiry, practical knowledge

參考文獻

余德慧，《生命史學》，臺北：心靈工坊，2003。

李佑峰，〈籃球場上的身體經驗-肉身化知識的開發〉，《運動文化研究》，5（臺北，2008）：7-29。

劉一民，〈職網陪賽經驗的知識建構：三色空間交往模式的發現〉，《運動文化研究》，1（臺北，2007）：7-27。

栗山茂久著，《身體的語言—從中西文化看身體之謎》（陳信宏譯），臺北：究竟出版，2001。

Barnard, M. 著，《流行溝通》（鄭靜宜譯），臺北：桂冠圖書，2004。

Clandinin, D. J. & Connelly, F. M. 著，《敘說探究—質性研究中的經驗與故事》（蔡敏玲譯），臺北：心理出版，2003。

Lecoq, J. 著，《詩意的身體》（馬照琪譯），臺北：桂冠圖書，2005。

Polanyi, M. 著，《個人知識—邁向後批判哲學》（許澤民譯），臺北：商周出版，2004。

Robinson, J. 著，《美學地圖》（薛絢譯），臺北：商務出版，1999

Schon, D. A. 著，《反映的實踐者—專業工作者如何在行動中思考》（夏林清等譯），臺北：遠流出版，2004。

Young, I. M. 著，《像女孩那樣丟球》（何定照譯），臺北：商周出版，2006。

男子青少年羽球運動員全人健康生活型態現況調查研究

黃憲鐘

國立中興大學體育室

摘要

目的：本研究旨在瞭解青少年男子羽球運動員在全人健康等生活型態的現況。**方法：**本研究係以男子羽球隊隊員為研究對象，並以問卷方式進行調查，回收有效問卷 213 份（羽球員 105 份；一般生 108 份），所有數據資料採用獨立樣本 t 檢定分析並加以探討。**結果：**一、青少年羽球選手在全人健康等級中，於健康體能、營養、個人衛生健康及環境的健康與保護四個項次皆優於一般同齡的學生。二、在敵意評估等級部分，青少年羽球選手具有攻擊得分的傾向，而一般高中學生則具有憤世嫉俗的現象。三、青少年羽球運動員在 A 型性格的表現上及抗壓性的部分則與一般學生相同，並無差異。**結論：**運動員於全人健康整體面向來看，在青少年階段的表現是較一般學生好，然而，在攻擊傾向的問題則是青少年運動員應注意改善的部分。**關鍵詞：**青少年羽球、全人健康生活形態、A 型性格、敵意性格、壓力傷害。

壹、緒論

一、問題背景

全人健康為 21 世紀全球人最夯的話題，包含各大科學領域，只要是跟增進人類福祉相關的科學，無不積極探討與全人健康相關之議題，以提昇人民全人健康為最終目的。全人健康目前已知可分為七大範疇，包含身體的 (physical)、情緒的 (emotional)、心理的 (mental)、社會的 (social)、環境的 (environmental)、職業的 (occupational) 以及精神的 (spiritual) (Hoeger & Hoeger, 2006)。為達到最佳的全人健康情形，則必須面面俱到，缺一不可，而就已知的文獻看來，運動能有效強化心肺耐力，減少慢性病發生或惡化，減低生活壓力....等。似乎是增進全人健康的有效策略之一 (Sharkey & Gaskill, 2007; Corbin, Welk, Corbin, & Welk, 2008; ACSM, 2006; Blair & Connelly, 1996)。

台灣行政院衛生署 (2010) 公佈 2009 年台灣地區主要死亡原因，惡性腫瘤，心臟疾病及腦血管疾病，名列國人死亡因素前三名。而這些死亡原因與缺乏規律及適當運動也有相當高的關連性 (陳明坤、黃憲鐘、趙中驥、許家得，2010)。然而，除了缺乏運動外，由於生活型態的改變，另外衍生出來的壓力更甚往昔，而壓力的產生，也因為主客觀的不同，會有不同的生理與心理反應。壓力方面又可從其他不同的面向來討論，一般而言，壓力值高，具敵意性格與 A 型性格相對較高，這對情緒的反應也相對明顯。情緒是受到某種刺激所產生的一種身心的激動狀態，而對生理變化與行為反應卻不易控制，情緒的管理對於日常生活、工作表現及人際關係極具重要 (許家得和黃憲鐘，2008；黃惠惠，2002)。黃偉揚 (2003) 提到，適度的壓力會對工作執行更有效率，這是具正面意義，但過度的壓力所造成負面作用產生的生理上症狀如心跳率增加、呼吸急促與肌肉緊繃，心理上產生注意力不集中、做事效率低、不喜歡與人交談及煩躁不安等心理反應，對於以上的症狀，運動似乎可以有效適度緩和因生理作用造成的焦慮、壓力和心理的穩定與平衡 (Biddle, 1995; Greenberg, 1990)。

對於一般民眾而言，運動對於全人健康的提升是有益的，但是對於運動員而言是否有同樣的效果，值得進一步討論，因為運動選手接受的訓練遠超過規律運動所定義的份量，加上長期征戰，背負輸贏的壓力，這些種種對於全人健康狀態的表現需要觀察，青少年時期剛好介於運動生涯的關鍵期，不像成人階段需面對極為艱鉅的訓練壓力，也不若少年時期較低強度的訓練及壓力，應為一個探討運動員全人健康狀態的適宜對象。因此，本研究將以高中男子羽球隊員為對象，透過青少年選手的問卷調查，藉以了解網球

青少年選手的健康生活型態現況。

二、研究目的

- (一) 瞭解青少年運動員全人健康現況。
- (二) 瞭解青少年運動員 A 型性格之評估情況。
- (三) 瞭解青少年運動員敵意評估情況。
- (四) 瞭解青少年運動員壓力傷害評估情況。

三、操作性定義

(一) 全人健康：完整的全人健康包括健康體能、營養、避免化學性依賴、壓力管理、個人衛生健康、疾病預防、情緒健康、個人安全及環境的健康與保護等 9 項，分類等級總分 ≤ 12 代表該項有待改進，總分為 13~16 代表該項很好，總分 ≥ 17 代表該項擁有非常好的等級。

(二) A 型性格：人類主要行為型態分成 A 及 B 型性格，A 型性格表上較易衝動、具有攻擊性且有時對競爭者懷有敵意(李水碧, 2004)。本問卷在 A 型性格評估上分為高、中、低 3 種等級，得分為 0~7 分代表高等級、得分為 8~13 分代表中等級、得分為 14~21 分代表低等級。

(三) 敵意性格：為瞭解你對競爭者及周遭事物的敵意程度。等級為得分 ≥ 4 代表具有該性格傾向，並在敵意性格評估中區分憤怒、攻擊與憤世嫉俗 3 種性格得分，而這 3 種性格得分 ≥ 2 代表具有該性格傾向。

(四) 壓力傷害：為瞭解壓力對你造成傷害的程度。等級為總分 0~30 分代表非常有抗壓性，31~40 分代表些微有抗壓性，41~50 分代表些微遭受壓力，51~60 分代表易遭受到壓力， ≥ 61 分代表非常容易遭受壓力。

貳、研究方法

一、研究對象

本研究對象係以高中羽球隊男性選手為檢測對象，檢測人數為 105 人，編組為羽球選手 (Badminton players; BP)。另外控制組 (Control group; CG) 為非羽球校隊之普通班學生，檢測人數為 108 人。

二、研究工具

本研究是以問卷調查方式進行，本調查問卷係取自體適能與全人健康的理論與實務（李水碧，2004），全人健康生活型態調查表、生活壓力量表與 A 型性格量表及壓力傷害量表。

三、資料處理

本研究回收問卷之各項資料，以電腦 SPSS10.0 版統計軟體進行分析：

（一）以描述性統計分析個人基本資料。

（二）以獨立樣本 t 檢定比較青少年羽球選手選手全人健康現況、A 型性格之評估情況、敵意評估情況及壓力傷害評估情況。

（三）所有統計數值的考驗均以 $\alpha=0.05$ 為臨界水準。

參、結果與討論

一、基本資料

本研究結果，羽球組（Badminton group; BP）與控制組（Control group; CG）年齡分別為 16.24 ± 0.90 及 16.10 ± 0.65 歲，身高為 173.58 ± 7.70 及 172.70 ± 7.556 公分；體重為 64.36 ± 8.76 及 62.16 ± 8.19 公斤；BMI 為 21.26 ± 2.65 及 20.86 ± 2.75 歲，經獨立樣本 t 檢定後發現，兩者均無顯著差異（ $p>0.5$ ），此顯示兩組人的條件相當平均（如表 1）。

表 1 青少年男子羽球運動員基本資料表

項目	組別	人數	平均數	標準差	F 值
年齡	BP	105	16.24	0.90	6.88, $p>0.5$
	CG	108	16.10	0.65	
身高	BP	105	173.58	7.70	1.87, $p>0.5$
	CG	108	172.70	5.56	
體重	BP	105	64.36	8.76	0.18, $p>0.5$
	CG	108	62.16	8.19	

BMI	BP	105	21.26	2.65	0.04, $p>0.5$
	CG	108	20.86	2.75	

二、青少年男子羽球運動員全人健康現況

由表 2 研究結果顯示，青少年羽球選手與一般生在全人健康的九項分類中，經獨立樣本 t 檢定後發現，兩者均無顯著差異 ($p>0.5$)，但是從等級部分來看，有四個類別中，兩者的等級是有差別的。在健康體能部分，羽球組等級為「好」優於一般組的「需改進」；在營養部分，羽球組等級為「好」也優於一般組的「需改進」；在個人衛生健康部分，羽球組等級為「好」亦優於一般組的「需改進」；在環境的健康與保護部分，羽球組等級則為「非常好」優於一般組的「好」。以上的結果，筆者認為雖然在統計上並無顯著差異，可能是如同前言所述，青少年階段剛好為步入成熟時期的過渡階段，各項表徵的顯現並不會太明顯，但從等級上來觀察，倒是可看出一些端倪。在健康體能方面，羽球組的等級優於一般組並無意外，經過身體活動的增加，健康體能必然較佳 (Sharkey & Gaskill, 2007)。倒是—般組學生應該增加身體活動以改善健康體能有待改善的現況。

表 2 青少年男子羽球運動員全人健康現況統計表

項目	組別	人數	平均數	標準差	F 值	等級	備註
健康體能	BP	105	15.18	3.27	1.28, $p>0.5$	好	等級說明： 總分 ≥ 17 ，非常好 總分為 13-16，好 總分 ≤ 12 ，需改進
	CG	108	11.32	2.97		需改進	
營養	BP	105	14.00	2.90	2.07, $p>0.5$	好	
	CG	108	12.55	2.16		需改進	
避免化學性 依賴	BP	105	17.48	4.09	0.05, $p>0.5$	非常好	
	CG	108	17.48	3.55		非常好	
壓力管理	BP	105	15.21	2.89	0.51, $p>0.5$	好	
	CG	108	15.26	3.34		好	
個人衛生健康	BP	105	14.48	2.72	2.36, $p>0.5$	好	
	CG	108	12.77	3.16		需改進	
疾病預防	BP	105	13.64	2.98	0.00, $p>0.5$	好	
	CG	108	13.16	2.92		好	
情緒健康	BP	105	15.52	2.88	0.28, $p>0.5$	好	

個人安全	CG	108	16.26	3.25	1.31, $p>0.5$	好
	BP	105	16.82	2.76		好
	CG	108	16.45	3.27		好
環境的健康與保護	BP	105	17.30	2.80	0.02, $p>0.5$	非常好
	CG	108	15.71	2.88		好

在營養部分，教練及運動員都會注重就許多的與運動有關的研究報導，美國營養協會（American Dietetic Association, ADA）、加拿大營養師和美國運動醫學院（American College of Sport Medicine, ACSM）曾聯合聲明指出，最佳的營養可提高活動量、運動員的表現及運動後的恢復，選擇適合的食物及飲品，調整進食時間和補充劑的選擇是有助健康及運動表現有良好健康的身體管理對運動員於比賽或日常生活的壓力適應是重要的（Corbin, Welk, Corbin, & Welk, 2008; ACSM, 1998; 李彩滿，1999；連玉輝，1994；陳俊忠，1991）。因此，運動員的營養觀念經結果發現的確是優於一般生的。另外，在個人衛生健康及環境的健康與保護部分，羽球項目是偏向於個人項目且必須長期四處征戰，運動員對於自身的各項裝備的準備、個人衛生部分都會較一般生提前面對，也由於須面對團體生活緣故，會有較佳的個人衛生習慣，另外，運動員的獨特性格對於週遭環境的敏感度也較一般學生敏銳。

三、青少年男子羽球運動員 A 型性格

由表 3 研究結果顯示，青少年羽球選手與一般生在 A 型性格中，經獨立樣本 t 檢定後發現，兩者均無顯著差異（ $p>0.5$ ）。一般而言，壓力值高，具敵意性格與 A 型性格相對較高（許家得和黃憲鐘，2008；黃惠惠，2002），這結果顯示，羽球運動員在青少年時期在 A 型性格的部分與一般生並無不同，可能與青少年羽球運動員在現階段所面臨及感受的壓力並沒有特別明顯感受有關。

表 3 青少年男子羽球運動員 A 型性格統計表

項目	組別	人數	平均數	標準差	F 值	等級	備註
----	----	----	-----	-----	-----	----	----

A 型性格	BP	105	10.52	3.00	3.84, $p>.05$	中	等級說明： 總分 0-7，高 總分為 8-13，中 總分 14-21，低
	CG	108	9.94	3.99		中	

四、青少年男子羽球運動員敵意評估現狀

由表 4 研究結果顯示，青少年羽球選手與一般生在敵意評估項次中，經獨立樣本 t 檢定後發現，兩者均無顯著差異 ($p>0.5$)，但是從等級部分來看，有兩個類別中，兩者的等級是有差別的。在攻擊部分，羽球組等級為「有」不同於一般組的「無」；在憤世嫉俗得分部分，羽球組等級為「無」有異於一般組的「有」。

所有運動項目的共同點皆為以獲勝作為主要目的，尤其向羽球、網球及桌球等個人風格較強烈的運動項目更明顯(王春貴、林瑞興，2010；盧正崇、呂芳陽，2010)，因此，結果也顯現這個現象，羽球選手在攻擊得分的部分是呈現「有」的情況，異於一般學生的「無」。在憤世嫉俗的選項中，高中學生自負的心態也清楚呈現在問卷當中；羽球選手倒無這方面的情形。

表 4 青少年男子羽球運動員敵意評估統計表

項目	組別	人數	平均數	標準差	F 值	是否有該性格取向	備註
敵意得分	BP	105	5.48	2.11	0.11, $p>0.5$	有	等級說明： 一、敵意總分 ≥ 4 ， 具敵意性格取向。 二、其餘類別總分 ≥ 2 ， 具該類別之性格取向。
	CG	108	5.23	2.01		有	
憤怒得分	BP	105	1.52	1.12	0.67, $p>0.5$	無	
	CG	108	1.45	1.21		無	
攻擊得分	BP	105	2.12	1.14	0.29, $p>0.5$	有	
	CG	108	1.71	1.07		無	
憤世嫉俗得分	BP	105	1.85	1.09	0.37, $p>0.5$	無	
	CG	108	2.10	0.98		有	

五、青少年男子羽球校隊壓力傷害現狀

由表 5 研究結果顯示，青少年羽球選手與一般生在壓力傷害項次中，經獨立樣本 t

檢定後發現，兩者均無顯著差異 ($p>0.5$)，這結果顯示，羽球運動員在青少年時期在抗壓性的部分與一般生並無不同。抗壓性為當個體遭受到外界任何型態的壓力所衍生的因應策略 (Greenberg & Baron, 1997)，尤其是運動選手，在運動生涯的路上，當你選擇當運動員起，壓力就會接踵而來，包括運動員自己對比賽的重視情況、周遭他人所賦予的重大期望，以及運動員的認知差異，都會造成運動員的壓力產生 (楊榮傑、黃崇儒、林榮輝，2008)。而且隨著運動水準的增加，壓力也會隨之增加，此時抗壓力也成為決定是否成功的重要因素之一。目前在青少年階段並看不出羽球運動員與一般青少年有差異，但未來抗壓性有必然有追蹤的必要性。

表 5 青少年男子羽球校隊壓力傷害評估統計表

項目	組別	人數	平均數	標準差	F 值	等級	備註
壓力傷害	BP	105	47.94	10.50	0.67, $p>.05$	普通	等級說明： 總分 0-30，非常好 總分為 31-40，很好 總分 41-50，普通 總分為 51-60，很不好 總分 ≥ 61 ，非常不好
	CG	108	49.77	12.48		普通	

肆、結論

由以上的結果，可以歸類出以下幾點結論：

- 一、全人健康問卷中，在等級部分，青少年羽球選手對於健康體能、營養及個人衛生健康三個項次皆比一般同齡的學生來的注重；而在環境的健康與保護，青少年羽球選手也比較敏銳。
- 二、在敵意評估問卷中，在等級部分，青少年羽球選手具有攻擊得分的傾向，可能與運動項目有關；而一般高中學生則具有憤世嫉俗的現象，應是一般高中學生普遍的現象。
- 三、青少年羽球運動員在 A 型性格的表現上及抗壓性的部分則與一般學生相同，並無差異。

參考文獻

- 王春貴、林瑞興 (2010)。羽球運動之介紹與生理探討。屏東教大體育，13，21-25。
- 行政院衛生署 (2010)。台灣省主要癌症死亡原因衛生統計表。2010 年 12 月 10 日，取自中華民國行政院，衛生署網址 http://www.doh.gov.tw/CHT2006/DM/DM2_2_p02.aspx?class_no=440&now_fod_list_no=11397&level_no=4&doc_no=76512。
- 李水碧 (2004)。體適能與全人健康的理論與實務。台北：藝軒圖書出版社。
- 李彩滿 (1999)。大專網球選手運動訓練適應與健康生活型態的相關性探討。中國文化大學教練研究所，未出版碩士論文。
- 許家得、黃憲鐘 (2008)。公務人員全人健康生活型態現況預試調查研究。黎明學報，20 (1)，127-133。
- 陳明坤、黃憲鐘、趙中驥、許家得 (2010)。國立中興大學 97 學年度大一新生學生健康體適能現況研究。興大體育學刊，10，15-24。
- 陳俊忠 (1991)。運動員的健康管理。體育與運動，74，42-47。
- 黃惠惠 (2002)。情緒與壓力管理。台北市：張老師文化。
- 黃偉揚 (2003)。運動與生活壓力之探討。大專體育，67，134-138。
- 楊榮傑、黃崇儒、林榮輝 (2008)。運動員抗壓性與前額不對稱的關係。北體學報，16，1-11。
- 盧正崇、呂芳陽 (2010)。羽球混合雙打技、戰術趨勢解析。大專體育，109，59-65。
- American College of Sports Medicine. (2006). *ACSM's guidelines for exercise testing and prescription* (7th ed.). Philadelphia, PV: Lippincott Williams & Wilkins.
- Biddle, S. (1995). Exercise and psychosocial health. *Research Quarterly for Exercise and Sport*. 66(4), 292-297.
- Blair, S. N. & Connelly, J. C. (1996). How much physical activity should we do? The case for moderate amounts and intensities of physical activity. *Research Quarterly for Exercise and sport*, 67(2), 193-205.
- Corbin, C. B., Welk, G. J., Corbin, W. R., & Welk, K. A. (2008). *Concepts of physical fitness-active lifestyle for wellness*(14th ed.). New York: The McGraw-Hill.
- Greenberg, M. (1990). Stress management. Dubuque, Iowa: Wm. C. Brown.
- Greenberg, G. & Baron, R. (1997). *Behavior in Organization* (6th ed.). Englewood Cliffs,

NJ:Prentice-Hall.

Hoeger, W. K. H., & Hoeger, A. H. (2006). *Principles and labs for fitness and wellness*(8th ed.). Belmont, CA: Thomson Wadsworth.

Jaime, F. F., Benjamin, F. G., Alberto, M. V., & Terrados, N. (2005). Exercise intensity in tennis simulated match play versus training drills. *Society for Tennis Medicine and Science*, 10(1), 12-13.

Sharkey, B. J. & Gaskill, S. E. (2007). *Fitness and health*. Champaign, IL: Human Kinetics.

The Survey of Wellness Lifestyle Status in Male Adolescent Badminton Players

Huang Hsien-Chung

National Chung Hsing University

Abstract

Purpose: The aim of this study was to investigate the wellness lifestyle status in male adolescent badminton players. **Methods:** The subjects of this survey were 105 adolescent badminton players (BP) and 108 (Control group; CG.) senior high school students. There were 213 valid questionnaires in this study. All examined data were analyzed by independent t-test. **Results:** 1) BP had better scores than CG at the rates in health-related fitness, nutrition, personal hygiene/ health and environmental health & protection". 2) BP had shown a tendency of aggression and CG had shown a tendency of cynicism. 3) There were no differences between BP and CG in Type A behavior and stress vulnerability. **Conclusion:** The male adolescent badminton players have a good wellness lifestyle status, but they are prone to be offensive. The offensive personalities in male adolescent badminton players might be noticed to improve during training period.

Keyword: adolescent badminton player, wellness lifestyle, type A behavior, hostile personality, stress vulnerability

全球化發展下兩岸運動競技交流之探討

劉宏裕

明新科技大學休閒系

摘要

本文探討全球化下兩岸體育運動交流，提出運動競技做為兩岸交流內涵之發展性。文中提出兩岸體育運動交流過去因為政治議題，使得兩岸在國際運動賽會交流或有侷限。隨著運動全球化發展及兩岸政治氣氛的和緩，運動交流成為兩岸交流的重要平台。透過進行中的民間及政府的交流，將近一步為職業運動及運動觀光建構發展基礎。將使得運動交流成為往後兩岸社會文化交流的重要媒介。

關鍵詞：全球化、運動產業、運動觀光

壹、前言

2009 年台灣分別在高雄市與台北市舉辦世界運動會與聽障奧運會。兩個我國兩大城市舉辦之國際運動賽會，皆有中國選手參賽。大會開幕總統多蒞臨並致開幕詞。這是兩岸自戰後，最為平和的雙邊交流景象。兩岸近年來交流頻繁，無論是經濟、教育、文化、科技、體育運動、衛生、影視、出版、民族、宗教等各個領域都獲得了新的進展。2008 年政黨再次輪替之後，更是展開多面向的交流，加速兩岸國際組織良性互動，民生經濟活動投資設限開放，與文化藝文表演活動互訪。兩岸簽訂直航之後，更加突顯了海峽兩岸春暖花開的交流氣象(劉宏裕,2009)。在一片交流榮景之下，兩岸在體育運動競技的交流，應該扮演何種角色，應該建構何種內涵，值得我們一起來思考。

兩岸體育運動發展是否應該把握此一雙方政治互動的轉變過程，經由兩岸運動競技交流，截長補短、互惠互利，實現雙贏。其中，跆拳道就是兩岸運動競技合作的一個範例。雅典奧運會前，台灣選手陳詩欣、朱木炎曾到北京與羅薇等大陸知名運動員一起訓練，互相切磋技藝。雅典奧運會共設八枚跆拳道金牌，兩岸共奪得四面金牌。再則，台灣乒乓球、舉重選手也多次在中國訓練。中華台北舉重隊聘請大陸教練執教，而大陸棒球隊也聘請台灣教練協助其發展棒球運動。以目前交流的項目來看，還只限於小範圍。今後兩岸體育團體應放開步伐，擴大交流項目，如體操、籃球、武術、射箭、游泳、田徑等，甚至也可互派教練幫助訓練選手。大陸在經貿方面已對我提出多項合作措施，那是否也在體育運動方面有更進一步的合作交流平台。

當前世界各國，深受全球化發展衝擊。各文化體系面臨文化新生、再造與文化保存的多重影響。面對全球化快速發展，多面向的交流過程，單一及個別文化受到文化稀釋與被迫轉型的挑戰(劉宏裕,2005)。在地文化與區域社群建構的凝聚，成為東亞筷子飲食文化社群，一個極具深思及面對的課題。借鏡歐盟發展經驗，Ian Henry(2001)提出歐盟運用運動發展的五個面向，或許可作為兩岸交流之參考。其中，包括運動發展做為強化貿易的方法、運動做為經濟復甦的工具、運動做為社會整合的工具、運動成為塑造意識形態的工具、運動成為增進國際關係的途徑。

airiti

歐盟發展經驗是否值得兩岸交流，甚至是東亞各國的借鏡。筆者提出：兩岸交流應建構在東亞筷子飲食文化的整合基礎下，融入社會價值建構發展體系。因此細查歐盟經驗與兩岸所面臨全球競合與東亞社群的整合議題，運動競技及體育此一平台所扮演的角色，其重要性可見一斑。觀察西方社會運用體育運動發展內涵。值得我們深刻去了解西方國家將體育運動深化成為凝聚社會文化主體的動能。筆者提出亞洲筷子文化透過體育運動如何建構成為運動文化，並成為共同享有的社會資產(劉宏裕,2009)。兩岸目前已有交流之經驗及基礎。惟、停留在表層的運動事務交流。建構運動事務，並共創體育運動文化成為兩岸人民甚至是東亞族群的共同平台，值得兩岸共同交流並思考。學習歐盟善用運動的經濟發展平台功能，巧妙的結合運動交流，來柔化社會融合過程的衝突。

貳、全球化，運動全球化與兩岸交流

運動全球化發展所建構的結構，兩岸如何在文化相近的背景之下共同因應？首先要了解運動全球化發展之本質。全球化造成國與國之間各項政治、經濟、與文化的關係互賴程度日益增加，而運動作為文化現象的一部份，自然無法避免於全球化潮流之外。Alan Bairner(2003)認為運動在全球化發展中式最為成功的例證。其中世界兩大非政府組織國際奧會(IOC)與國際足總(FIFA)的成立，更是讓運動的世界產生了諸多有別於過去的發展現象。以每四年舉辦一次的奧林匹克運動會為例，自二次世界大戰以來，隨著國際奧會的會員國不斷的擴充、越來越多運動種類與項目列入奧運會正式項目以及轉播媒體與觀賞人口的增加（程紹同，2003），都可視為運動邁向全球化的現象。另外，NBA 籃球賽、世界盃足球賽、世界運動會等國際運動賽會，透過媒體的轉播，能夠穿透國界，並持續的蔓延至全球的各個角落，使得各地觀賞運動的人口，也能夠同時感受運動員的極致表現與悲傷落淚。這種全球性的文化體驗，正是當前許多全球化論者所稱之「運動全球化」現象（Cronin and Helt，2003），以下以運動全球化的過程以及影響運動全球化不同面向之間的交互關係作為說明。

運動全球化發展在過去十年，以西方國家的認知基礎與發展步調快速擴展。東亞國家包含

台灣、日本、韓國及中國的運動菁英常常遠赴歐美加入職業運動事業(Maguire,2000)。因此，未來建構以東亞為平台的職業運動體制，將成為凸顯東亞筷子文化的文化交流基礎。在此一全球化浪潮衝擊中，實刻不容緩。運動全球化發展過程中，東亞各國運動菁英常常流為歐美職業運動強權的運動建構附庸者，東亞區域之運動菁英更成為西方職業運動舞台的“協構者”。何時筷子飲食文化的東亞文明，能建構一個屬於自己的職業運動舞台，來深化、連結筷子文化之社會價值？

雖然從運動發展歷史而言，運動全球化是以西方國家發展出來之運動項目及種類為核心，所發展出來的概念。並且逐漸推展至世界各地。當代西方的運動論述觀點，現代運動起源於 19 世紀的英國，同時也隨著大英帝國的擴張，輾轉將多項運動拓展至北美洲及其它的殖民地。基於這樣的西方論述，各殖民地也因此受到不同殖民帝國統治的影響，因而社會內化產生與發展出不同的運動文化(Gems and Pfister,2009)。例如台灣的棒球運動始於日本殖民時期、印度的板球運動始於英國的傳入（Stoddart，1988）、多明尼加的棒球之於美國的植入（Klein，1991）。然而這些例子從不同的角度，說明了早期殖民帝國為了獲取當地資源以及廉價勞工，強迫推銷西方國家所發展出來的運動文化，進而奠定殖民地經濟剝削基礎。

全球化發展快速的今日，以美國為首的大眾傳播媒體與運動之間存在著相當密切的網絡與電視等媒介，可以讓各地的資訊迅速的整合與流通(Herman and McChesney，1997)。奧運會、世界盃足球賽、NBA 等國際賽事，透過媒體傳播成為全球運動迷所普遍接納的世界性形象(Davies，2002)。因而對於舉辦大型運動賽會的國家或城市而言，提供了將自己的城市文化與特色行銷世界之最佳途徑。也使得落後與貧窮國家的傑出運動員得以獲得全球運動舞台曝光的機會。隨著媒體傳播力量，得以讓全球觀眾對於跨國運動賽事隨時獲得訊息。運動組織藉由媒體力量，吸引更多觀眾收視，進而擴大其組織規模與全球之影響範圍。媒體也藉由轉播國際運動賽事，賺取龐大的轉播權利金與廣告費用，因此運動與媒體形成了複雜的共同體。加上包括 NIKE、REEBOK 等跨國企業利用媒體與運動明星的結合，例如巴西的足球明星 Rinaldo 與雪梨奧運期間田徑巨星 Michael Johnson，遂讓運動產業的規模更為龐大。促使運動全球化的驅動力

更為多元化。因此，環顧整個運動全球化發展過程中，經濟面向的諸多因素，扮演極為重要的角色。今日的運動產業已成為整體經濟活動中的重要部分。20 世紀末美國運動產業年營收額高達 2130 億美元，讓運動產業足以躍升全美第六大產業。另外大型國際運動賽會，例如：2000 年雪梨奧運期間，全球共有超過約 35 億人口觀賞電視轉播，雪梨當局並獲得 11 家跨國贊助廠商支付 5500 萬美元的權利金；2002 年世界盃足球賽累計的電視觀賞人人次亦超過 400 億，其電視轉播權利金為 78900 萬美元（FIFA，2002）。加上職業運動中動輒身價億萬的職業運動員，NBA 馬刺隊的 Tim Duncan、灰狼隊的賈耐特（Kevin Garnett）；歐洲足球聯盟皇家馬德里的 Beckham、Figo 等，以及一些以全球觀眾為基礎，行銷世界各地的知名運動廠商如 NIKE、REEBOK 所構成的運動產業網絡。

由上述以運動產業角度作為實例所檢視之經濟發展議題，交織出現今運動世界的複雜與多樣性。由此可知透過大型國際運動賽會的舉辦以及媒體的轉播，讓運動本身及運動員成為具有商業利益的全球性商品，於是當運動成為商品之時，必無法擺脫資本經濟的生產型式，成為資本主義價值觀透過運動滲透到社會發展的工具(Houlihan，2003)。

叁、運動交流與發展之挑戰

兩岸因為歷史發展，戰後至今在國際社會兩岸耗損不必要的能量，互相抵消發展之機會。運動與體育之交流可以令政治更柔軟更人性化(劉宏裕,2003,2007)。高雄市長陳菊為 2009 年世界運動宣傳造訪中國北京，兩岸的政黨交流經由運動賽會事務更顯得平和。兩岸人民更以陳市長歡迎中國人民到高雄參與運動賽會，運動事務交流，傳送著兩岸交流的催化劑。兩岸過往參與國際運動事務，局限於名稱問題爭議，而忽略了實質交流，建構更大的兩岸人民融合的社會平台機會，殊為可惜。

一、擱置名稱爭議邁向全球化挑戰

兩岸文化認知相近、語言互通，運動競賽交流較能為屬於比較愉悅、融合的氣氛，兩岸體

育運動交流應可以發展的非常快速。Chinese Taipei（中華台北），世界博覽會就使用這個名稱，而 Chinese Taipei 在 1981 年的洛桑協議簽定，許多國際會議也使用這個名稱，這是目前雙方可以接受的方式(劉宏裕,2007)。以此為基礎，展開多方的交流活動。因此兩岸交流基本原則交流應本對等互惠的原則，不應有損我方之尊嚴與立場。兩岸體育交流目標以「奧會模式」為基礎，理性建立兩岸體育交流制度。其次，以地位對等、互利雙贏、多管道進行為原則，促進兩岸體育運動交流合作。奧會模式依據 1981 年與國際奧會簽署協議：我國奧會名稱正式改為 Chinese Taipei Olympic Committee，使用代表團團旗（奧會會旗）、團歌（國旗歌旋律）參與各項奧運會活動。我各單項運動協會亦陸續以 Chinese Taipei 名稱、會旗、會歌之「奧會模式」恢復其國際單項運動總會會籍，於參加或主（承）辦國際性運動賽會開幕時，我代表團（TPE）係排在 T 組入場，與大陸 CHN 排在 C 組有所區隔。依據 1989 年與大陸奧會簽署協議：臺灣地區體育團隊及體育組織赴大陸參加單項運動訓練、會議或活動，將按國際奧會有關規定辦理，大會（即主辦單位）所編印之文件、手冊、寄發之信函、製作之名牌、以及所作之廣播等，凡以中文指臺灣地區體育團隊與體育組織時，均稱為「中華台北」。

兩岸因為名稱問題，造成兩岸國際衝突不斷，更加傷及兩岸人民情感。中華台北多次爭取東亞運、亞運的舉辦權，都因中國對於我國舉辦將造成兩個中國之爭議而失利(劉宏裕,2003)。然而南韓已舉辦過東亞運,亞運及奧運、位於中東的卡達與南亞之泰國皆舉辦了亞運，中華台北為何不能舉辦呢?此一中國的考量深深傷害兩岸人民的感情，更加深台灣人民對於中國政府的反感，值得正視。

二、建構職業運動體系加速東亞社會融合

東亞各國因為歷史淵源，具有一定程度之文化同源性。目前日本、韓國、台灣皆有職業棒球隊及組織。中國因為具有國際運動實力、運動菁英及廣大消費市場。若能經由政府協助，透過商業投資將香港、澳門一併納入建立東亞職業運動聯盟，如歐盟國家的 F14（歐洲足球職業聯盟）的運轉方式，將能帶動根留東亞立足全球之運動整合文化。台灣發展職業運動多年建構

相當規模之機制及運轉經營經驗。

職業運動，是高度組織化的運動型態，而職業運動組織即扮演職業運動重要的結構與功能的角色。職業運動體系要正常運作，職業運動聯盟組織就扮演相當重要的結構功能。在職業運動的產業體系中，職業運動聯盟是最高管理機制與行政組織，聯盟必須整合所屬各球團與運動組織、給予職業運動員規範與制度並提供高水準的職業運動賽事給觀眾，因此透過職業運動聯盟組織的結構功能發揮，可以讓運動商業化所產生的資源有效率的分配，使組織內的成員獲取最大的經濟利益。然而職業運動聯盟組織要發揮功能，首先必須對於結構的角色與功能有所體認。首先職業運動要有發展願景，建構優質的運動文化，並且有長遠的策略規劃，同時體系中的結構必須健全，以及各個結構都要能發揮功能，才能確保職業運動體系能正常運作，若組織中的一個結構出現問題，例如：球員這個結構出現放水簽賭事件，就會影響體系的正常運作。因此在高度制度化、商業化的職業運動中，社會學理論中結構功能論的分析，就顯得特別的重要。台灣職棒運動發展的過程中，經歷過許多的事件與風波，假使運用結構功能論來探討國內的職棒運動，職棒運動體系有該哪些重要的結構，而這些結構又該發揮哪些功能。

台灣可以透過兩岸交流，將職業運動發展經驗與中國分享。協助中國建構以城市為基礎之職業運動發展。進一步以目前所開放之兩岸直航城市為主場城市，並結合日本、韓國之主要城市，建構職業運動發展網絡。以此東亞職業運動組織聯盟，進一步發展運動人文觀光產業，促進東亞區塊城市文化交流，以職業運動為平台活化城市經濟，帶動城市文化交流。

三、強化運動觀光產業活化城市發展

運動觀光可分為旅行參加運動與旅行去觀賞運動兩大類。依定義中可以了解它是一項非商業性理由的旅行，離開居住地區去參與或觀賞運動活動。根據國際旅遊市場的改變，可以導致各種不同的觀光型態、及需求即模式的增加。運動觀光效應將成為另一項觀光值得開發的產業。事實上，國內擁有之運動觀光發展潛力與契機並非局限於單一性的運動觀光產業上。從擁有觀光資源分佈與運動參與人口來看，有效發展運動觀光效益必須依靠分別支持運動與觀光因素結

合。期間重疊部分則有賴共分擔需求與利益分享，這足以顯示兩種型態的經驗有非常潛在接近的關係。其兩種經驗效益會高於兩種個別經驗總和，它們彼此的互動，如能透過刺激與管理過程將可創出另一種全新的休閒型態。運動觀光產業為西方國家發展的主流產業之一，每年吸引無以數計的國內外觀光客，帶動經濟、文化、藝術、社會、運動與都市更新面向的發展。

歷屆許多承辦過奧運會的都市，皆因奧運會的舉辦，而為國家與城市帶來重大的改變與轉機，例如：1964 年的東京奧運，是促使日本經濟迅速發展擠身經濟強國的重要因素；1988 年漢城奧運和 1992 年巴塞隆納奧運，2008 年北京奧運會的舉辦。除了產生經濟效益外，同時對於國家、城市知名度與國際地位也大幅提昇。在許多英國城市與運動策略結合的研究個案中，其結果均顯示大型賽會能夠突顯城市的形象與認同，並直接或間接為主辦城市帶來長期的經濟與社會的影響。另外，澳洲雪梨市因申辦 2000 年奧運會成功，開始出現人口及都市的快速擴張，而為了滿足城市居民的需求，政府因而投入更多的公共建設與投資，同時也產生大量的就業機會與外資的投資。鄰近台灣的亞洲各大城市亦先後爭辦多起國際大型運動賽會，例如：1988 年漢城奧運、1998 年曼谷亞運、2002 年日韓世界盃足球賽等。因此，國際大型運動賽會的舉辦不單只是為了健康的理由而已，顯然的已成為繁榮社會、促進國家有系統建設，是促進國家與城市進步和現代化重大工程建設的催化劑。

大型賽會或是職業運動組織的進駐，為城市帶來的非經濟效益，比經濟效益來得重要。兩岸目前開放之直航城市如台灣之台北、高雄與中國之北京、上海、廣州、南京、成都、重慶、大連、深圳、武漢、青島、長沙、西安、瀋陽、天津及結合韓國之首爾、釜山，日本之東京、大阪、名古屋等城市。以職業運動為交流平台，達到經濟性與非經濟性之全面化功能。此一平台在北美的美國、加拿大的職業籃球與棒球與歐盟國家的職業足球都以發揮了極大之功效，大東亞地區急待建構。

肆、交流目標設定

2008 年體育節，正在台灣交流訪問的大陸著名籃球運動員姚明，在台灣大學體育館參加一

場兩岸籃球友誼賽，與曾在 CBA 打球的鄭志龍及台灣星光幫組成球隊，迎戰由台灣籃壇代表人物陳信安等 SBL 球星組成的明星隊，令台灣球迷親睹了移動長城姚明的風采。2001 年，台灣籃球聯賽冠軍新浪隊脫離台灣 CBA，參加大陸聯賽，這是兩岸體育交流歷史性的二個選擇。第二年，WCBA 開戰，台灣著名籃球女運動員錢薇娟加入北京首鋼隊更成為轟動新聞。這位前台灣國泰女籃隊主力前鋒，曾連續十年獲得本土冠軍，並帶領“中華台北隊”多次在國際比賽中取得優異成績。雖然 2003 年 3 月，在大陸 CBA 聯賽征戰了兩個賽季的新浪隊，因為面臨財務問題及保級命運，而選擇重回台灣。而 2004 年，已經成為首鋼隊隊長的錢薇娟也重新回到台灣，但這類遠離政治，純粹體育化的民間行為所帶給海峽兩岸體育交流的經驗迄今為人稱道。

一、短程目標：強化進行中之交流

兩岸體育運動交流，除了繼續強化目前設訂之運動競技專業人才交流、體育運動組織交流、大專院校學術活動互訪與學術合作之外。每年兩岸奧會之交流座談會，促成了目前急需建構之交流目標。例如最近達成了五項交流項目(中華奧會,2008)，包括：

- 一、組團赴台灣參加第十屆兩岸奧會體育交流座談會。
- 二、組織運動訓練基地及運動場館人員赴台灣參訪。
- 三、組織大陸體操、藝術體操、技巧訪問團赴台灣參訪表演。
- 四、組織省市及全民體育工作者交流團赴台灣參訪。
- 五、組織大陸體育行政人員赴台灣參訪。

同時，中華台北奧會也表示，將在今年完成五項交流項目。包括：

- 一、組織運動產業人員赴大陸參訪。
- 二、組織運動訓練中心及運動場館人員赴大陸參訪。

三、組團赴大陸參加兩岸體育院校師生研習營。

四、組織全民體育行政人員赴大陸參訪，並觀摩城市運動會。

五、組團參加第十一屆兩岸奧會體育交流座談會。

上述交流項目，已建構成為兩岸常態性之交流活動，繼續強化此一既有兩岸交流，將為下階段交流建構良好之平台。

二、中長程目標：建構運動交流平台

兩岸之運動交流，其最終之目標應為提供兩岸人民縮短社會文化認知為目的。為了達成此一終極目標，分階段的完成相關協議，使得推展過程所面臨之運動規範及法令規章，得以有法可循。其次，配合目前兩岸已經開放之飛航城市，以此為運動交流據點，較易逐次發展。

一、體育運動一般事務法令及規範的統一。

二、職業運動商業法規建構。

三、加強東亞職業運動組織交流。

四、以兩岸直航城市為基礎，強化城市運動休閒觀光建構。

五、加強兩岸以城市為基礎的運動觀光研究及專才交流。

六、獎勵以兩岸直航城市之運動產業投資。

七、促成東亞地區職業運動聯盟的成立。

伍、結語

解嚴之後，開放大陸探親，兩岸體育運動交流由民國 76 年的 213 人次至民國 85 年已經成長至

每年 3100 人次(86 年之後政府不再統計)，中國來台人次也由 81 年開始的 16 人次至 95 年的 1149 人次(體委會,2007)。面對運動全球化的發展，我們看到中國的運動選手來台參與我國舉辦之國際運動賽會。兩岸經由體育運動的交流直接達成了兩岸人民社會文化認知的拉近。未來體育運動應該是豐富兩岸交流的一條快捷方式。因此,建構更好的交流平台,透過職業運動的開展,經由運動媒體的傳播，兩岸運動球迷的交流，體現運動全球化發展，對於紓解兩岸政治緊張，發展兩岸運動市場產值，及建構運動觀光的永續平台，

參考文獻

- 行政院體委會 (2007)。中華民國運動統計。台北市：行政院體育委員會。
- 程紹同 (2003)。運動政策與事業經營管理研究。台北：師大書苑有限公司。
- 劉宏裕等譯(2005)。運動社會學導論，台北：師大書苑。
- 劉宏裕(2005)。政治意識型態對於台灣運動政策衝擊之研究-策略性關係的觀點。明新學報。31。223-244。
- 劉宏裕 (2007)。國際奧會與我國簽訂兩會協議之研究 運動文化研究 1 53-83
- 劉宏裕 (2007)。我國爭辦國際運動賽會之回顧 明新通識學報 3 39-48
- 劉宏裕 (2008)。我國參與國際運動事務之評析與做法 國政分析 財團法人國家政策研究基金會<http://www.npf.org.tw/psearch-3.html>
- 劉宏裕 (2009)。兩岸運動競技與體育交流 國政分析 財團法人國家政策研究基金會<http://www.npf.org.tw/psearch-3.html>
- Davis, R.(2002).Media power and responsibility in sport and globalization. New York:Warner Books.
- Gems G., Pfister G.(2009). Understanding American Sports London: Routledge
- Holton, J.(1998).Globalisation and the Nation-State.London:Macmillan Press.
- Held, D.(1991). 'Democracy and the Global System' Political Theory Today , Cambridge: Polity:197-235.
- Henry I.(2001). The Politics of Leisure Policy. Houndmills:Palgrave
- Liu, H.Y. (2003) .A Study of Political Control over the Taiwan National Governing Bodies of Sport Annual Journal of Physical Education and Sports Science 2 PP, 9-32.
- Harvey, D.(1989).The Condition of Postmodernity. Oxford: Blackwell.
- Houlihan, B and A. White.(2002).The politics of sports development through sports? London/New York: Routledge.
- Held, D.(2000).A Globalizing World? Culture Economics Politics.London:Routledge.
- Liu, H.Y. (2005) .The Impact of Political Ideology on Sports Policy System in Taiwan- A Strategic Relations Perspective Ming Hsin Journal 31 PP, 223-244.
- Liu, H.Y (2006) .A Study of the Political Intervention in Sports:The Case of the 2001 Taipei World Baseball Cup Journal of Physical Education in Higher Education 8:1 PP, 13-32.
- Maguire, J. and R. Pearton.(2000).The impact of elite labour migration on the identification, selection and development of European soccer players. Journal of Sport Sciences 18:759-769.

A Study of multiple-interactions for sport development across Taiwan Strait

Abstract

The aim of the paper is to provide possible sports multiple-interactions across Taiwan Strait in the globalization era. It reviews political issues for possible interactions. It is being a positive direction of development that political interaction releases the tension. This makes professional sport and sports tourism to constructing a better structure. It finally makes sports development to be a better resource for constructing social-cultural setting across Taiwan Strait.

Keywords: globalization 、 sport development 、 sports tourism

國立臺中教育大學體育學系學刊第七期稿約

壹、本刊性質

與身體活動 (physical activity) 領域有關的人文社會科學或自然科學之原創性 (original) 與綜評性 (review) 學術論文均歡迎投稿。

貳、出刊

於每年六月初出版，全年徵稿，採隨到隨審，匿名雙審制。

參、內容格式

- 一、稿件首頁應包含題目、作者真實姓名、服務單位與子單位、通訊作者姓名、聯絡電話、傳真、地址與電子郵件信箱。
- 二、自然科學之原創性論文中摘要應包含目的、方法、結果、結論與關鍵詞五部份。人文社會科學之原創性或綜評性論文可採其他適當的方式將全文重點摘錄撰寫。
- 三、自然科學的原創性論文內容必須遵循問題背景、方法、結果、討論與引用文獻的方式撰寫；人文社會科學或綜評性論文則可以其他合乎邏輯的脈絡與架構撰寫。
- 四、全文排版後不超過八頁印刷頁為限（上下邊界 2.54 公分，左右邊界 3.17 公分，每頁 38 字×34 行，含摘要、圖表與參考文獻，總字元數約 8,000 字），超過八頁者，每頁加收 1000 元。
- 五、章節標題須列於稿紙之中央對稱位置，小節標題可加標號，但須從文稿之左邊界開始。標號順序為：壹、一、(一)、1、(1)。
- 六、內文與參考文獻請用 2001 年第 5 版美國心理學會出版手冊 (Publication manual of the American Psychological Association) 所規定的格式撰寫，不依規定撰寫者，將即時退稿且不受理審稿。APA 格式請參照 2004 年陳玉玲、王明傑編譯的美國心理協會出版手冊：論文寫作格式（第五版）撰寫；或參考中華民國體育學會所公佈的 APA 書寫格式說明 ([http:// www. rocnspe.org.tw](http://www.rocnspe.org.tw)) 撰寫。

肆、版權

來稿若經採用，著作權即歸屬本刊（請簽署「國立臺中教育大學體育學系學刊」論文著作財產權轉讓同意書），非經本刊同意不得轉載論文內容於其他刊物，且曾於其他刊物發表或涉抄襲等文件，請勿投稿。因編輯需要，本刊有權刪改，不願刪改者，請註明。來稿概無稿酬，惟六月出刊後贈送二本該期學刊以為酬謝。

伍、賜稿處

- 一、每篇審查行政業務費壹千元整（請以郵政匯票方式繳款，匯票抬頭註明國立臺中教育大學）。
- 二、稿件採用電腦打字（12 號標楷體、1.5 倍行高、每頁左側插入行號），來稿自行列印兩份（含稿件、自我檢查表、論文著作財產權轉讓同意書、郵政匯票）掛號郵寄至 40306 臺中市民生路 140 號；國立臺中教育大學體育學系李佑峰老師收；電話 04-22183412。並將稿件另以附件方式寄至 dpejournal@ntcu.edu.tw 信箱，信件主旨請寫“投稿中教體育學刊”。

陸、審查結果有三種可能：

- 一、「修改後刊登」：若二位審查委員意見皆為「修改後刊登」，經由作者修改後提交編輯委員會確認後刊登。
- 二、「修改後再審」：只要一位評審委員意見為「修改後再審」，須由作者依審查意見作答辯或修改，直到審查意見為「修改後刊登」或「不宜刊登」，最後經由主編確認之。
- 三、「不宜刊登」：而若二位審查委員意見為「不宜刊登」，則由第三位審查委員審查或由本刊編輯委員會評判結果，最後由主編確認之。

「國立臺中教育大學體育學系學刊」投稿自我檢查表

論文題目：

項目	內 容	作者 檢查
稿件 整體	電腦打字（12 號字，1.5 倍行高，標點符號中文用全型，英文用半型）。	
	每頁左側印有行次號碼。	
	中文字型為標楷體，英文字型與數字為 Times New Roman。	
	稿件 e-mail 至 dpejournal@ntcu.edu.tw 信箱。	
	每頁 38 字 × 34 行，總字元數（含中文摘要、圖表及引用文獻）約 8000 字。	
	繳交論文版權轉讓同意書與本表。	
	本論文無同時一稿兩投，不曾出版於其它刊物，且無抄襲或不符學術論理之虞。	
	封面頁標有題目、作者、服務機關（含子單位）及通訊作者之郵遞區號、地址、電話、傳真與 e-mail。	
中文 摘要	150～500 字間，以一段呈現。	
	自然科學之原創性論文摘要含有目的、方法、結果、結論、關鍵詞。	
內文	符合 APA 格式的規定。	
	外文名詞譯成中文，於文中第一次出現時用括號寫出原文；專有名詞需使用大寫字母，中、英文縮寫於第一次出現時須寫出全名。	
	自然科學之原創性論文內容以問題背景、方法、結果、討論與引用文獻呈現。	
表	細格內的標題以「置中」方式呈現。	
	表內隔線只有水平線，最上和最下方的線用 1 1/2 pt，其餘使用 1/2 pt。	
	表中的數字，小數點上下對齊，個位數亦上下對齊。	
	內文中清楚說明該表所要傳達的重要訊息。	
	標題置於表的上方與表的左側切齊（標題和表間不空行），表的編號依序以「表 1」、「表 2」... 呈現，編號和表的名稱間空一個全型。	
圖	圖表均以「置中」置於內文中。	
	圖中各符號所代表的意義須在標題下方以“註：...”的形式描述。	
	標題置中置於圖的下方，圖的編號依序以「圖 1」、「圖 2」... 呈現，編號和圖的標題間空一個全型。	
	縱軸（依變項）和橫軸（自變項）的比例為 3：4 或 2：3。	
	圖例標示在圖的邊線內，並陳述各曲線或組別的名稱，圖例的符號要容易分辨。	
	縱軸和橫軸皆有標題、單位或組別名稱。	
引用 文獻	圖中以不超過 4 條數線為原則，線條、數值、圖例與符號清晰易讀。縱軸和橫軸若不是由零點開始，則應以雙斜線 (/) 的方式標示缺口，圖內不呈現橫向格線為原則。	
	內文所引用之文獻與文後列出之「引用文獻」一致，並無遺漏或增列。	
	中文以姓氏筆劃為順序，英文以姓氏字母為順序。	
	是最新和最有相關的原創性期刊論文或綜評性論文。教科書或其他書報等文獻極少。	

凡格式不符合本刊規定之論文將即時退稿，待格式正確後才進入審查程序

第一位或通訊作者簽名：_____ 日期：_____

「國立臺中教育大學體育學系學刊」

論文著作財產權轉讓同意書

論文題目：_____

第一位作者：_____

茲保證上述論文由作者（們）撰寫，內容絕無違反抄襲、重複發表或圖表著作財產權等學術倫理之情事。本論文經每位作者同意出版，若貴單位接受刊登，其紙本印刷版及電子版之著作財產權係屬貴單位所有。

每位作者簽名：

日期：_____年_____月_____日

通訊作者（請詳細填寫）：

姓 名		服務單位	
聯絡 電話		E-mail	
郵寄 地址	□□□		

國立臺中教育大學

體育學系學刊

第六期

發行人：呂香珠

編輯委員：李炳昭、林靜兒、張碧峰、許太彥、黃月嬋、程一雄

主編：李佑峰

編輯助理：陳保勳

出版者：國立臺中教育大學體育學系

40306 臺中市民生路 140 號

dpejournal@ntcu.edu.tw

04-22183412

創刊日期：九十五年六月

出版日期：一百年六月