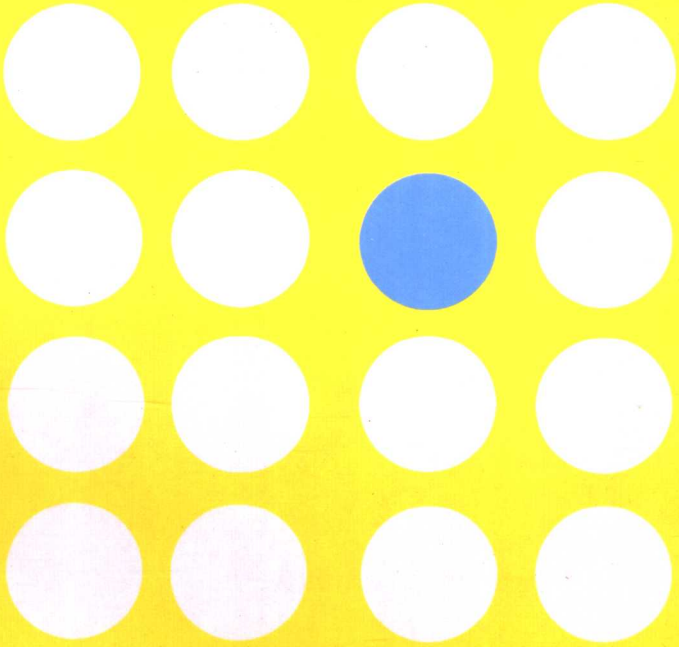
中国体育博士文丛

优秀运动员的职业变迁与人生发展

——一项实证性研究

和与德国研究的跨文化比较

黄志剑 著



北京体育大学出版社

优秀运动员的职业变迁与人生发展

——一项实证性研究和与德国研究的跨文化比较

黄志剑　著

北京体育大学出版社

策划编辑 李 飞
责任编辑 高 扬
审稿编辑 李 建
责任印制 陈 莎

图书在版编目(CIP)数据

优秀运动员的职业变迁与人生发展:一项实证性研究和与德国研究的跨文化比较/黄志剑著 . - 北京:北京体育大学出版社,2006.7
ISBN 7 - 81100 - 593 - X

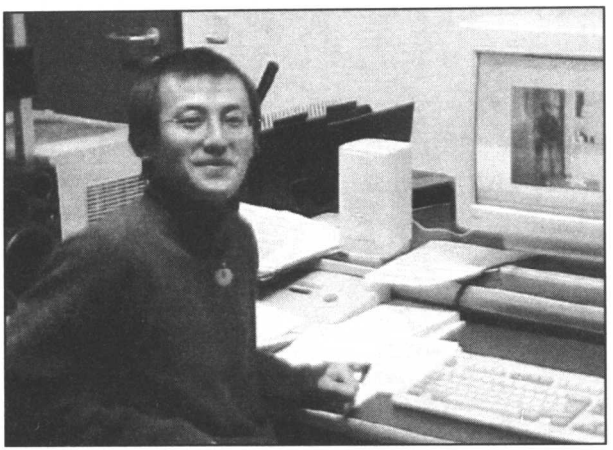
Ⅰ. 优… Ⅱ. 黄… Ⅲ. 运动员 - 退役 - 职业选择 - 对比研究 - 中国、德国 Ⅳ. G811.32

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2006)第 078957 号

优秀运动员的职业变迁与人生发展 黄志剑 著

出 版	北京体育大学出版社
地 址	北京海淀区中关村北大街
邮 编	100084
发 行	新华书店总店北京发行所经销
印 刷	北京市昌平阳坊精工印刷厂
开 本	787 × 1092 毫米 1/16
印 张	14.25

2006 年 7 月第 1 版第 1 次印刷
定 价 38.00 元(平) 58.00 元(精)
(本书因装订质量不合格本社发行部负责调换)



作者简介

黄志剑博士，1972年8月出生，湖南新田人。现任武汉体育学院运动心理学副教授，研究生导师，运动人体科学与心理学系副主任。1990年考入武汉体育学院运动心理学系本科，1994毕业，同年考入武汉体育学院研究生部，师从姒刚彦教授。1997年获得教育学硕士学位，留校担任运动心理学专业教师。2000年赴德国慕尼黑，在国际著名运动心理学家Dieter Hackfort教授指导下攻读博士学位，期间在希腊举行的第10届国际运动心理学大会上获得国际运动心理学会青年学者发展奖(ISSP Young Scholar Development Award)。2002年5月完成学位论文工作并顺利获得博士学位。2002年7月返回武汉体育学院，至今从事运动心理学科研和教学工作。2004年底开始担任中国体育科学学会运动心理学分会第六届委员会秘书长工作。迄今已在国内外学术刊物上发表论文20余篇，出版著作1部，参编、参译著作5部。承担和参与已完成或正在实施的课题10余项。

序

经过近几十年来的不断发展，体育科学的研究兴趣已不仅局限于运动成就的获得和运动生涯本身，也开始涉及优秀运动员在退役后相当长一段时间的生涯发展。从生物科学的角度出发，生涯变迁的意义主要在于退役后因停训而引起了一系列相关问题。而对于运动生涯、退役以及其后生涯发展所经历的种种适应过程的社会学研究还只是刚刚起步。不同地区和国家对于这一问题从各自不同的文化背景和竞技体育体系出发，形成了相当不同的研究兴趣和观点。目前在美国和欧洲都已经出现了越来越多的实证性研究和教育——应用性的实践活动，而在亚洲类似的研究和实践尚属少见。来自武汉体育学院的黄志剑先生认识到了在这一领域研究中存在的差距，并以此作为他博士学位论文的主题，希望能够为在中国建立和发展运动员生涯辅导与咨询活动提供理论和实证基础。

此外，本研究还采取了文化比较的理念，并将其贯穿在研究的各个方面。虽然这一视野在全球化趋势背景下越来越受到忽视，但我们仍可以称之为跨文化心理学研究。尤其对于本研究所面临的问题而言，这一途径无疑是恰当和必须的。

黄志剑先生首先从理论起源开始，回顾和检视了已有文献中有关阐述，并重新加以整理和分析。从社会死亡学和老年学、整体发展有关的心理学和社会学以及终身发展心理学等向个方面系统地阐述了与研究主题有关的理论脉络。清晰地介绍了有关观点的发展历程。在此基础上该文引入变迁模型的有关概念，并通过有意行为理论对上述内容进行整合。有意行为理论是由 Nitsch 等人引入体育运动科学领域的。在本研究中，有意行为理论被用来作为运动生涯发展和跨文化心理学方法的共同理论基础。

在对有关理论进行了介绍和分析的基础上，黄志剑先生对这些理论和概念进行了详细的分析，并建立起它们之间的联

此为试读，需要完整PDF请访问：www.ertongbook.com

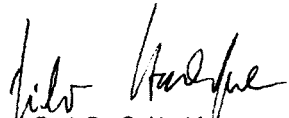
系。这一在理论上的整合是相当新颖的，并对职业变迁有关领域形成了较好的总结。为在随后的实证研究中从社会经济的、文化的和社会形态等方面进行有意行为理论基础上的整体分析提供了理论背景。

在实证分析中本研究涉及了两项子研究：一项来自德国同事的已有研究；另一项则是在中国进行的。后者在方法上进行了详尽的介绍，可以从中得知本研究采用了定性（半结构式访谈）和定量（问卷调查）的方法，它们的共同使用在社会学研究中可以成为有效的互补策略。

研究结果围绕一些关键问题进行了分析的讨论，这些内容包括运动员潜在和现有的资源（“个人资源”）、对优秀运动员可能提供的教育和支持计划，以及体育系统方面的有关问题（“机构义务”）等等。对于结果的分析提供了这一领域内今后实践的应用方向。最后，本文重新回到理论起点，对研究的理论背景（终身发展心理学和有意行为理论）进行了实证结果基础上的修正。

在应用方面，该研究强调了运动员从竞技运动经验中获得的生活技巧如何在退役后新的生活环境下使用的问题。这些生活技巧包括了应激管理，自我激励，团队精神等等。这些建议对今后在高水平运动员中提供生涯辅助和咨询提供了建设性的注释。

我的博士研究生黄志剑先生目前仍在武汉继续成功地从事运动心理学活动，我非常希望他的这一研究成果受到广大体育科学工作者，教练员，运动心理学工作者和有关人员的关注。即使科学研究尚未能完成它的使命，却仍是系统地和成功地解决问题的最佳选择。



国际运动心理学会主席（ISSP）

《中国体育博士文丛》
已出版书目

现代体操运动训练科学化探骊——运动训练时间理论研究

王文生著　定价：38.00元

竞技体操训练的科学化探索——竞技体操创新理论研究

吕万刚著　定价：28.00元

竞技体育的意义——价值理论研究探微

颜天民著　定价：28.00元

中国体育人口的理论探索与实证研究

仇　军著　定价：48.00元

职业篮球市场论

杨铁黎著　定价：28.00元

中国竞技体育人才开发

宋全征著　定价：33.00元

人体运动环节重量参数测量新思路

李世明著　定价：28.00元

论体育生活方式

苗大培著　定价：38.00元

奥林匹克视觉形象的历史研究

王　军著　定价：28.00元

我国运动训练科学化动力系统的研究

罗超毅著　定价：28.00元

海南体育旅游开发研究

夏敏慧著　定价：38.00元

我国优势项目高水平运动员参赛风险的识别、评估与应对

石　岩著　定价：38.00元

散打运动训练监控科学化探微

姜传银著　定价：28.00元

论中华民族传统体育

倪依克著　定价：33.00元

田径运动训练过程控制理论

尹　军著　定价：38.00元

训练观念及其导向功能

邓运龙著　定价：33.00元

低氧运动促进肌组织血管生成的机制

郑　澜著　定价：33.00元

田径运动专项速度研究

谢慧松著　定价：33.00元

运动技能形成自组织理论的建构及其实证研究

李　捷著　定价：33.00元

职业体育组织的演进与创新

张文健著　定价：33.00元

国际奥委会组织变革与发展的研究

茹秀英著　定价：33.00元

武术传播引论

郭玉成著　定价：38.00元

近代以来中国武术项目管理过程及其评价与发展

李　蕾著　定价：33.00元

优秀运动员的职业变迁与人生发展

黄志剑著　定价：38.00元

目 录

1 前 言 …… (1)

2 理论背景与研究现状 …… (3)

2.1 社会老年病学和死亡学途径 …… (4)
2.1.1 社会老年病学诸理论 …… (4)
2.1.2 死亡学 …… (8)
2.1.3 小 结 …… (9)
2.2 整体和终身发展 …… (10)
2.2.1 整体发展：发展心理学和社会学的观点 …… (10)
2.2.2 终身发展观及其干预手段 …… (13)
2.3 变迁模型 …… (20)
2.4 有意行为理论的观点 …… (23)
2.4.1 有意行为理论 …… (23)
2.4.2 有意行为的概念 …… (25)
2.4.3 有意行为理论 …… (26)
2.4.4 运动心理学中的有意行为理论视野 …… (33)
2.4.5 成人职业生涯研究中的有意行为理论途径 …… (35)
2.4.6 文化和跨文化心理学中的有意行为理论视野 …… (39)
2.5 研究现状 …… (42)
2.5.1 运动员在竞技体育运动中的个人投入 …… (42)
2.5.2 运动员的运动生涯结束与变迁：研究结果 …… (46)
2.5.3 运动生涯辅助计划的实践经验 …… (51)

3 研究策略与方法 …… (66)

3.1 整体人生发展和有意行为理论的方法学观点 …… (66)

3.2 关于运动生涯变迁跨文化心理学研究的方法学问题 …… (70)
3.3 跨文化比较途径 …… (71)
3.3.1 德国方面的调查 …… (72)
3.3.2 中国方面的调查 …… (75)

4 结 果 …… (83)

4.1 基本信息 …… (83)
4.1.1 参与者的地域信息 …… (85)
4.1.2 接受调查者的年龄分布情况 …… (85)
4.1.3 接受调查者的性别分布情况 …… (86)
4.1.4 接受调查者的受教育程度 …… (87)
4.1.5 接受调查者的运动项目分布 …… (88)
4.1.6 接受调查者参加最高级别体育比赛的情况 …… (89)
4.1.7 调查参与者退役年份的分布情况 …… (89)
4.1.8 调查参与者退役年龄及入队年龄的分布情况 …… (91)
4.2 专业运动生涯之前 …… (93)
4.2.1 运动生涯开始前的受教育情况 …… (93)
4.2.2 运动生涯开始前的体育活动及有关冲突 …… (94)
4.3 专业运动生涯 …… (98)
4.3.1 进入专业运动生涯 …… (98)
4.3.2 专业运动生涯中的个人发展环境 …… (101)
4.3.3 个体对专业运动生涯的认识和态度 …… (105)
4.3.4 专业运动生涯期间的社会环境 …… (110)
4.3.5 专业运动生涯期间的未来发展计划 …… (112)
4.4 专业运动生涯结束和过渡期 …… (113)
4.4.1 专业运动生涯结束的原因 …… (114)
4.4.2 对专业运动生涯结束的反应 …… (114)
4.4.3 对运动生涯结束与变迁的准备 …… (116)
4.5 退役后生涯 …… (122)
4.5.1 教育和职业方面 …… (122)
4.5.2 退役后的社会关系 …… (127)
4.5.3 对专业运动生涯的回顾 …… (129)

4.5.4 退役后生涯中的未来计划 …… (133)
4.6 量化结果小结 …… (133)
4.7 访谈调查结果 …… (135)
4.7.1 运动生涯与个人发展：关键事件和阶段 …… (136)
4.7.2 运动生涯和个人发展环境 …… (151)
4.7.3 小 结 …… (158)

5 讨 论 …… (159)

5.1 机构义务 …… (159)
5.1.1 体育机构的道德义务 …… (159)
5.1.2 发展心理学视野中的机构义务 …… (161)
5.2 个人资源 …… (161)
5.3 运动生涯教育和辅助计划的发展：研究与应用展望 … (163)
5.3.1 社会环境管理 …… (163)
5.3.2 体育系统外的就业范围 …… (163)
5.3.3 运动生涯辅助计划之前的需求评估 …… (164)
5.3.4 职业生涯辅助在高水平竞技运动中的地位 …… (167)
5.3.5 中国的运动员生涯发展干预措施：现状与展望 …… (168)

参考文献 …… (170)

附录 1：运动生涯及退役后问卷（中文版） …… (188)
附录 2：运动生涯及退役后问卷（德文版） …… (207)
附录 3：中方访谈提纲 …… (209)
附录 4：德方访谈提纲 …… (211)

后 记 …… (214)

此为试读，需要完整PDF请访问：www.ertongbook.com

1 前 言

从事高水平竞技运动对运动员个体自身发展的影响是一个吸引多方面越来越受多研究兴趣的领域。很多来自体育科学界和相关领域的专业学者及有关人士开始注意到投身竞技运动生涯与个人发展之间可能存在的冲突。出于对运动员人生发展越来越多的重视，以及对体育机构在这一问题上应承担的义务等问题的考虑，我们需要更多的关于运动员竞技运动生涯发展过程及特点的研究。

首先有必要对本书中将被频繁使用的一些概念进行澄清和说明，以达到对这些重要概念的共同理解。关于“竞技体育”和“退役”的理解，将延用 Coakley 1983 年在这一问题上的叙述：“竞技体育是指所有在训练和参与上需要大量时间的，并期望达到相对更高成绩的有组织的体育活动”，而“退役是指从从事竞技运动转换（transition）从事其他活动的过程……在任何情况下，退役都可以更精确地被定义为一种角色的变迁，通过这种变迁个体从一种活动和关系中脱离出来并发展或扩展另一种（些）活动和关系。”（Coakley，1983，p.1）。从以上定义可以看出，Coakley 对于“退役”这一概念的定义有别于这个术语“退出或结束某种活动的参与”的一般性理解。正如 Gordon 所提出的，退役应该被更正面和更准确地理解为“一系列的导致在其他领域（活动或关系）内新的开始的完成和退出”（1995，p.476）。

从高水平竞技体育生涯的退役被认为与其他形式的退役有很大的不同。运动员的退役通常发生在中年早期阶段甚至是青年时期。在很多情况下，他们需要开始人生历程的另一个新的职业生涯和社会关系网络。与一般的老年阶段发生的退休相比，运动员的运动生涯结束与其说是一种结束，不如说是后运动生涯的一个新的开始。基于这一观点，在本研究中使用“变迁”应该比“退役”一词更为恰当。所以“运动生涯变迁”将在本文中被用来专指运动生涯结束、调整和适应，开始新的职业

生涯以及对新生活的适应这一系列先后发生的整个过程。

任何的变迁过程，无论顺利与否，都需要一定程度的调整和适应。大多数运动员最终会适应他们的运动生涯的结束，而且很多人迅速和顺利地度过了这一阶段。但是，也有很多运动员感到自己的退役过程压力重重，经历了强烈的焦虑，并且在面对竞技运动之外的新生活时无法克服可能遇到的困难。本研究的主要目的就是试图通过对中德两国退役优秀运动员进行一项跨文化的比较，发展对运动生涯变迁过程的详细了解。有意行为理论将作为本研究的总体理论背景，也将对如何发展运动员职业变迁过程中的教育学和心理学辅助途径提出一些建议和设想。

2 理论背景与研究现状

在有关运动生涯发展和变迁的研究中，所使用的理论或模型随着这一研究领域的发展不断变化。在最初阶段，由于缺少适用的理论框架，研究者们大多从邻近学科的相关研究领域借鉴可行的研究范式和理论（Haerle，1975；Hill & Lowe，1974；Ingham，1975；Lerch，1982；McPerson，1970；Reynolds，1981；Rosenberg，1981）。但是，对于这些理论在体育运动领域内的适用性存在着越越来越多的批评。一些实证研究也显示出这些理论与运动职业研究之间不相匹配的问题（Ogilvie & Taylor，1993a）。在这种情况下，在职业咨询研究与实践中发展而来的“职业变迁”（career transition）（Heppner，1998；Heppner，Fuller & Multon，1998；McAuliffe，1993）逐渐在运动生涯研究中引起越来越多的兴趣（Crook & Robertson，1991）。通过这一理论途径，已经得到了一些相互一致的研究结果，并对运动生涯变迁过程的更深入了解起到了积极作用（Ogilvie & Taylor，1993b；Taylor & Ogilvie，1998）。

根据 Super（1980）提出的终身发展干预（Life - span Development Intervention，LDI）的观点，将运动生涯变迁过程作为孤立对象进行研究是不够的。个体人生发展的所有阶段都是（时间）纵向联系依赖的。也就是说，应该从一个整体的观点出发对运动生涯变迁过程进行研究，考查它在整个人生发展过程中的角色与地位。

在本研究中，职业（生涯）变迁的概念和终身发展干预（LDI）的观点将在有意行为理论（Action Theory）的框架中被加以整合。有意行为理论作为一种基础性理论在心理学、社会科学以及体育科学中都有着广泛的影响（Hackfort，Munzert & Seiler，2000；Nitsch，1982）。另一方面，对运动生涯变迁过程进行以有意行为理论为基础的跨文化和跨体制（不同竞技体育系统）研究对更好地理解这一过程具有重要意义，从而为在实践中发展有效的教育学和咨询学运动生涯辅导支持工作提供有益

的帮助。

2.1 社会老年病学和死亡学途径

在关于运动职业生涯研究的初期，社会老年病学（social gerontology）和死亡学（tenatology）的理论观点经常被引用为理论背景。通常认为，在一般职业中因年龄问题而发生的退休与运动生涯中的退役之间存在着显著的平行和可比较之处。但随着这一领域内知识的不断丰富，研究者们开始更加注意这两种过程的区别和差异。在大多数情况下，运动生涯的结束还需要继以另一种职业生涯，而新的职业生涯往往需要与运动技能不同的其他职业技能、知识和能力才能胜任。此外，一些运动生涯的结束，如因运动损伤和健康问题等导致的退役，是不可预料的和没有计划的（Mihovilovic，1968）。所以这些以年龄学为主的研究途径在运动生涯研究中已经受到了严重批评。

2.1.1 社会老年病学诸理论

从老年病学的观点而言，退休总是被看作个体年龄发展过程的（必然）结果，这一点与运动生涯退役明显不同。但两者之间仍然存在着某些平行之处："对于两者而言，退役（休）对个体都可能存在积极的或消极的含义（即，一个辛勤换来的良好休息，或是不再对社会有用的一个人的终结）。对两者而言，这都是一生中的一个重要应激点（stress point）。但是总体上，出于各种不同的原因，两者之间的差异和不同点仍是明显而且主要的"（Rosenberg，1981，p.118）。正是基于以上认识，在运动退役有关研究中应用一些原本适用于（因年龄原因导致）退休的社会老年病学理论的想法在实践中被发展起来。例如，Greendorfer 和 Blinde（1985）提出有四种社会老年病学理论对于运动退役研究具有较好的适用性。而在 Rosenberg1981 年的论述中则提出了六种理论模式，并对这些理论在体育情境应用时可能存在的优缺点进行了分析（Gordon，1995；Rosenberg，1981）。这六种理论分别是：活动理论（Activity Theory），解约理论（Disengagement Theory），亚文化理论（Subculture Theory），连续理论（Continuity Theory），社会崩溃与重建理论（Social Breakdown and Reconstruction Theory）以及交互理论（Exchange Theory）。

活动理论（或替换理论，Substitution theory，Burgess，1960；Hav-

ighust & Albrecht，1953）主张先前（社会）角色的丧失需要适当的替换（角色）以维持活动总量水平的连续，并认为高活动水平和持续角色对自我概念和生活满意度有积极影响。然而许多老年人却能安心于降低他们的活动水平或/并放弃他们中年时的活动方式，这些现象是活动理论所无法解释的。但活动理论对于解释运动员退役和退役前的调整过程却是较为合适的。它指出了在退役前的调整中寻找一个与丧失了的运动员角色相当的活动的重要性。事实上，那些活动数量和水平显著下降的运动员通常会经历较为失败的变迁和调整。而那些成功过渡的运动员，大都找到了与他们的运动员角色大体相当的新的活动（角色）。

解约理论（Disengagement Theory，Cumming，Dean，Newell，& McCaffrey，1960；Cumming，& Henry，1961）是一种结构——功能理论。该理论认为在退休（退役）过程中社会和个体都从中得到了好处和满意。通过退休过程，社会获得了新鲜劳动力而退休（退役）人员也可以安享余年。解约理论明显是与活动理论相对峙的；但两种理论均未提供预测两种理论结果的机制，从而限制了两种理论的可行性。

对于运动员退役问题，解约理论提出，退役运动员最好能够接受“年轻运动员也需要机会”的观点，承认自身运动能力下降的现实。另一方面，他们也可能因为别人的解约行为而有机会在竞技运动领域外得到新的工作机会。因此，是否接受“社会解约”的观念是能否顺利实现运动退役的关键。但是，这一观念的接受是较困难的，因为一方面有可能存在非自愿解约的情况，另一方面在进入新的职业环境时也可能存在种种困难。对于出现退役不适以及退役后适应困难的原因，解约理论没有进行深入探讨，但提供了一些普遍性线索（表1）。

表1 致运动生涯解约困难原因及新职业进入困难原因

运动生涯解约困难的原因	新职业进入困难原因
高度（运动员职业）身份认同	缺乏新的职业技能
将运动成绩与自尊密切联系	缺乏社会支持与社会联系
期望更好的运动成绩	由运动导致的健康问题
未完成的（与运动有关的）计划或目标等	缺乏社会地位
	缺乏社会知名度

亚文化理论（Subculture theory，Rose，1965）是一种基于活动理论的新尝试。这一理论运用亚文化概念解释老年人活动水平的下降现象。也就是说，在某一特定的亚文化分支领域内（此处指老年人社会群体），老年人可能通过良好调整从活动水平下降中获得享受。Rosenberg（1981）认为这一理论在竞技体育系统内有一定的适用性，因为竞技体育具有明显的，独特的亚文化特征。但是，运动员的退役是使运动员从竞技体育亚文化中脱离出来，返回“一般”的主流文化中。而竞技体育亚文化经历对于退役在“一般”文化中的生活具有怎样的影响，则是一个需要进一步研究的领域。

连续性理论（Continuity or Consolidation Theory，Atchley，1981）认为个体在先前社会角色中的时间与精力（在该角色丧失后）或者会在剩余的其他角色中重新分配，或者会被引导至新的角色中。但是，如果丧失的角色非常重要，以至于其他剩余角色的总和也无法维持同样的活动（时间与精力）水平，那么就可能导致令人不满的结果。这一理论在运动员退役研究中的主要作用是可以用以解释为什么很多运动员不自愿退出运动生涯：对于他们中的很多人而言，很难在其他领域内找到一个与运动员角色同样重要和有意义的社会角色了。因为他们在运动员这一角色中投入了大量的时间、精力、感情等内容。

社会崩溃理论（Social Breakdown Theory，Kuypers & Bengston；1979）指出任何角色丧失（如：退休或丧偶）都会使个体对外界评价变得敏感（如“从英雄到凡夫俗子（Hero to zero）”，Orlick，1990）。并且如果对现状的社会评价不满，会存在退出或减弱某种活动的倾向。为了解决这种不良的活动下降趋势，建议通过增强自信的各种活动的咨询和许诺（engagement）以保持和维护良性的自我意象（self－image），这一过程称为“社会重建（social reconstruction，Gordon，1995）。Rosenberg 1981（p.123）指出：

“社会重建占有很重要的地位。由于运动员主要依赖身体（活动）技能，她（他）需要在一个全新的工作环境中建立认同感。而这个新工作环境中的工作与以往完全不同。……”

最后，社会交互理论（Social Exchange Theory，Dowd，1975；Thibaut & Kelley，1959）的基本论点是，所有的行为都是受到“在社会互动过程中获得最大积极体验和最小消极体验”的愿望所驱动的。这些社会互动过程既有回报也需一定代价。回报被看作是对行为的正强化，包括金

此为试读，需要完整PDF请访问：www.ertongbook.com