

运动心理诊断学

Psychodiagnosis in Sport

邱宜均 主编



中国地质大学出版社

运动心理诊断学

Psychodiagnosis in Sport

解国坤 主编



中国地质大学出版社

运动心理诊断学

邱宜均 主 编

贝恩渤 姒刚彦

刘立新 邱卓英

中国地质大学出版社出版

运动心理诊断学

邱宜均 主编

责任编辑 秦雕世凯

*

中国地质大学出版社出版发行

武汉体育学院印刷厂印刷

开本787×1092 1/32 印张6.8 字数152千字

1990年8月第1版 1990年8月第1次印刷

印数1—1500册

ISBN 7—5625—0422—9/G·76

定价：3.20元

内 容 简 介

本书是以武汉体育学院运动心理学研究所近10年来的研究成果为基础，同时汇集了国内外有关的文献资料，组成运动心理诊断学的体系。内容涉及运动员心理诊断的理论与方法；不同项目运动员的心理诊断与评价；运动员认知心理能力实验诊断的指标与评价；运动心理能力的诊断与评价；体育社会心理计量诊断；运动员的个性诊断；体育态度与动机；运动焦虑与归因；体育团体凝聚力；教练员行为；运动员的自我心理诊断等。阅读本书，读者可以获得有关运动员心理诊断的一般理论及心理诊断的指标、方法、评价标准等最新的知识和技能，以有利于在体育运动教学、训练、选材、竞赛等方面应用。

本书为运动心理专业本科生教材，也可供体育教师，教练员、运动员、运动心理学工作者学习参考。

序 言

《运动心理诊断学》是运动心理学的分枝，是一门应用学科。目前尚处于起始的研究阶段，有其年青与不成熟性。本书以运动心理诊断的基本理论与方法为依据，以现有的理论与应用成果为基础，组成运动心理诊断学的体系和内容，它不是各种测试手册与评定的汇编，而是理论与应用兼顾，并以运动心理诊断的指标、方法与评定方法为主的一门新学科。

运动员的心理诊断，是运动员状态科学诊断的一个组成，是运动员的心理选材、心理咨询、心理训练的基础与前提。《运动心理诊断学》是运动心理专业本科学生的一门必修课，本书的第一、二、三、四、六、七、八章，总结和反映了我所和国内的某些研究成果。第五、九章属体育社会心理诊断的内容。第十章论述了有关运动员的自我心理诊断的内容与方法。

本书由邱宜均教授主编。具体分工如下(按章节顺序)：邱宜均(第一、六章)，贝恩渤(第二、三章)，刘立新(第四、六章)，姒刚彦(第七、八章)邱卓英(第五、九、十章)。

本书系运动心理专业本科系列教材之一。从体系到内容上均需要进一步探讨，不妥之处，诚望同行专家和读者不吝赐教！

编 者

1990年3月

目 录

第一章 运动心理诊断概述..... (1)

第一节 运动心理诊断的意义..... (1)

第二节 运动心理诊断的原则和内容..... (5)

第三节 运动心理诊断的程序、指标与方法... (8)

第二章 不同项群运动员的心理诊断与评价..... (11)

第一节 体育竞技运动分项理论与划分..... (11)

第二节 不同项群(目)心理诊断的指标..... (14)

第三节 主要运动项目的心理诊断与评价..... (18)

第三章 运动员认知心理实验诊断的指标、方法与评价..... (37)

第一节 运动员反应能力的实验诊断..... (38)

第二节 运动员认知能力实验诊断的指标、方法与评价
..... (46)

第四章 运动心理能力的诊断..... (61)

第一节 运动心理能力测量的基本原理..... (62)

第二节 运动心理能力倾向的诊断..... (65)

第五章 社会计量性测验及其在体育中的应用 ·····	(83)
第一节 社会计量性测验的基本原理·····	(83)
第二节 社会计量性测验的方法·····	(85)
第六章 运动员个性测验与诊断 ·····	(90)
第一节 运动员个性测验与诊断概述·····	(90)
第二节 个性测验及诊断的方法与评价·····	(100)
第七章 体育态度与运动动机的诊断 ·····	(136)
第一节 体育态度的诊断·····	(136)
第二节 运动动机的诊断·····	(146)
第八章 体育运动焦虑与归因的诊断 ·····	(157)
第一节 体育运动焦虑的诊断·····	(157)
第二节 体育运动归因的诊断·····	(169)
第九章 体育团体凝聚力、教练员领导行为的诊断 ···	(177)
第一节 体育团体凝聚力的诊断·····	(177)
第二节 教练员领导行为的诊断·····	(183)
第十章 运动员的自我心理诊断 ·····	(190)
第一节 运动员自我心理诊断概述·····	(190)
第二节 运动员自我心理诊断的内容和方法···	(194)

CONTENTS

Chapter I: General description of sport psychodiagnosis

Section One: The significance of sport psychodiagnosis

Section Two: The principles and contents of sport psychodiagnosis

Section Three: The procedures, indexes and methods of sport psychodiagnosis

Chapter II: Psychological diagnosis and assessment of different event groups of athletes

Section One: The separate theories of competitive sports and their differentiations

Section Two: Psychodiagnosis indexes of different event groups

Section Three: Psychodiagnosis and assessment of main sport events

Chapter III: Psychological indexes, methods and assessment of cognitive experimental diagnosis of athletes

Section One: Experimental diagnosis of reaction abilities of athletes

Section Two: The indexes, methods and assessment

of experimental diagnosis of cognitive abilities of athletes

Chapter IV: Diagnosis of sport psychological abilities

Section One: Basic principles of the measurement of sport psychological abilities

Section Two: Diagnosis of sport psychological attitude

Chapter V: Sociometry and its applications to sports

Section One: Basic principles of sociometry

Section Two: The methods of sociometry

Chapter VI: Character test and diagnosis of athletes

Section One: General description of character test and diagnosis of athletes

Section Two: The methods and assessment of character test and diagnosis

Chapter VII: Diagnosis of sports attitude and motivation

Section One: Diagnosis of sports attitude

Section Two: Diagnosis of sports motivation

Chapter VIII: Diagnosis of sports anxiety and its attribution

Section One: Diagnosis of sports anxiety

Section Two: Diagnosis of sports attribution

Chapter IX: Diagnosis of the strength of cohesion of sports teams and the leading behaviour of coaches

Section One: Diagnosis of the strength of cohesion of sports teams

Section Two: Diagnosis of the leading behaviour
of coaches

Chapter X: Self-psychodiagnosis of athletes

Section One: General description of self-psychod-
iagnosis of athletes

Sdction Two: The contents and methods of self-
psychodiagnosis of athletes

第一章 运动心理诊断概述

“诊断”原属临床医学的概念，心理诊断是医学心理的一个专门的概念。运动心理学引用心理诊断这个概念于运动员的心理诊断，有其特殊的内涵。运动心理诊断学，是运用心理学的技术与方法，对运动员的运动心理与行为上的差异进行定量与定性的比较研究，从而评定其心理活动的特点与水平，正常或异常的性质与程度，为运动实践服务的一门应用科学。运动心理诊断的意义、运动心理诊断的原则与内容、运动心理诊断的程序、指标和方法，均属本章要探讨的问题。

第一节 运动心理诊断的意义

一、运动心理诊断的必要性和可能性

现代竞技运动的发展，那种单凭教练员和运动员的个人经验进行训练，单凭教练员的期望和运动员的蛮干苦练已经不能适应现代高水平竞技运动发展的需要。运动实践表明，科学训练正在逐步取代传统的经验训练，它已经成为当代运动训练的客观要求和发展趋势的主流。

随着现代科学技术的发展。最新科学技术、最新现代科技理论与方法也已逐步引进到运动训练中。“三论”的广泛运用，并且正在形成体育控制论、体育系统论、体育信息论等新兴学科。这也表明：人们已经有可能或正在运用现代科学的理论与方法进行科学训练。

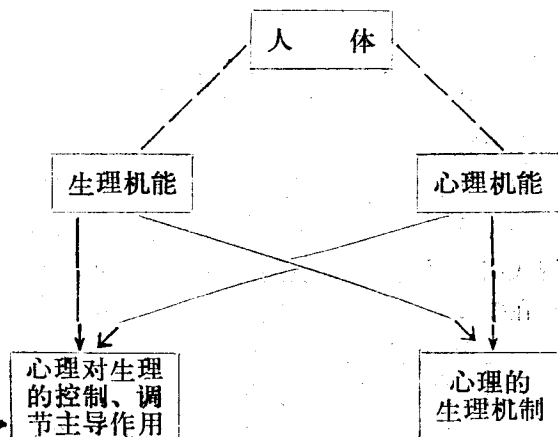
科学训练是运动训练学研究的主要内容。对运动员的科学训练涉及的问题是多方面的，要对运动员的身体、技术、战术、心理等进行科学诊断是其首先需要解决的问题。

众所周知，人体有两种机能，我国著名的心理学家潘菽根据现代科学的成就以及前人的科学见解，提出：人体具有生理机能和心理机能，这两种机能与人体的关系用数学式表达为：

$$T \times (WS) \rightarrow X$$

即：人体 $\times$ (社会 $\cdot$ 自然) $\rightarrow$ 心理

可见人体的两种机能是密不可分的。运动员进行的运动活动，既是身体的运动（生理活动），又是心理活动，而心理与生理活动是统一的，其中心理活动对运动员的活动起着调节、控制和主导的作用。它们之间的关系可见下图：



可见对运动员的诊断必然包括运动员的生理和心理两个主要方面。由于人体运动活动的特殊性，它是通过人体掌握和运用运动技术、战术而实现的。因此，对运动员的诊断既

包括生理（形态、机能、素质、遗传）、心理，也应当包括技术、战术、运动状态等诸方面。而运动员的心理诊断只是其中的一个方面。

所谓运动心理诊断，就是运用心理学的技术和方法对其心理和活动上的差异进行比较研究，从而评定运动员的心理活动的水平，并确定其正常或异常的性质和程度，以有助于对运动员进行身体状况、技术水平、训练状态、竞赛状态全面诊断和进行科学训练。

对运动员的心理进行诊断的可能性是由于运动员的心理是其大脑对客观现实的反映，这种反映是有规律可循的。同时心理现象作为大脑的反映，它与物理现象、生理现象同样具有客观存在的可以评定性，不过物理现象、生理现象的可评性与心理现象的可评性具有不同的特点。现列表如下：

表1 物理、生理、心理现象的可评性比较

	表现举例	标准选择的难易	稳定性	精确度	评定工具与方法
物理现象	重量、长度	易	较稳定	精确	度、量、衡器及各种物理测试仪器等
生理现象	体重、血压、脉搏...	易	较稳定	精确	人体形态、机能、素质以及各种生理、生化仪器等
心理现象	感知觉、记忆、思维、智力 ...	难	相对稳定	相对精确	实验心理、生理心理以及心理测试仪器及工具等

从上表可见，物理、生理、心理现象都存在客观的可评性，但它们在客观存在的特点及表现，和由此在可评的标准选择、稳定性与精确性的程度、评定的工具与方法等均有各自

不同的特点。

二、运动心理诊断的意义

对运动员的运动心理能力和个性特征进行诊断，它关系到运用现代心理学的理论与方法对运动员进行科学选材与训练，高级体育人才的培养与成材问题，其意义是重大的。总括之，大致有以下几个方面：

(1) 对运动员的心理诊断是对运动员进行科学选材的一个重要依据，只有运用现代运动心理的理论与方法对所选对象的运动心理能力和个性特征进行科学的诊断，才有可能对其心理能力进行科学预测，预测是选材所要解决的核心问题，预测的可能性程度直接影响到成材率。

(2) 对运动员的心理诊断是对运动员进行科学训练的基础。没有对运动员心理活动客观诊断的指标、定量、定性评定标准和方法以及与其它方面的系统地综合评定，教练员是无法拟定训练计划，很难对训练过程进行控制，也无法对运动训练效果进行客观评定。

(3) 对运动员的心理诊断是对运动员赛前心理训练、临场指挥，形成运动员最佳心理状态，发挥运动员最佳水平的必要前提。没有对运动员赛前心理状态预先的诊断和调整，没有对运动员赛中应变心理的诊断及诱导，是很难在比赛中最大限度地发挥运动员的心理潜能，取得比赛的胜利的。

总之，只有根据运动员的差异（生理、心理）及其心理表现进行心理诊断，才有可能对运动员即将或未来的运动活动的表现及效果进行预测，只有对运动员进行心理诊断才有可能进行个别对待进行科学的定向训练，使训练过程和训练效果取得最佳化，只有对运动员进行心理诊断并进行必要的心理训练，才有可能发挥运动员的身心潜力，取得运动竞赛

的优异成绩。

第二节 运动心理诊断的原则和内容

一、运动心理诊断的原则

对运动员进行心理诊断的可能性及其客观性是与其应当遵循的原则密切相关的，心理诊断的原则一般应考虑以下几个方面：

(1) 整体与系统诊断原则。即在对运动员的心理进行诊断时，应把运动员本身及其所处的社会和心理环境视为一个整体，或者视为一个系统，应当把评定运动员的整体心理特征和部分的心理机能以及能力的成份个性特征联系起来。只有如此，才能科学地对运动员的整体心理机能和某一心理机能及其心理机能的各種表现进行科学地诊断。

(2) 综合诊断原则。一个运动员是一个整体，他的心理活动的水平与状态是与其运动活动的表现，相应地生理活动的特点，社会性的各种因素息息相关的，对运动员表现在运动活动方面的、生理的、社会的、心理的以及心理活动本身都应进行综合研究，并揭示运动员心理活动的生理机制以及社会的、运动活动的原因，同时揭示某些心理机能之间的相互联系，也可以对其个性作出总的评定。

(3) 一般与特殊相结合的诊断原则。一般心理能力的诊断与专门心理能力的诊断相结合。运动员的一般运动心理能力是指完成运动活动所必需具备的心理能力。例如：感觉敏锐度，反应的即时性、准确性、运动表象的清晰性、操作思维敏捷性、情感的增力性、意志的顽强性、唤醒水平等等。通过对运动员一般运动心理能力的诊断，可以揭示运动员一般心理活动的水平和状态。也可由此建立某些常规的

心理诊断指标和诊断标准。由于运动员专项活动的特点，形成某些专项心理特征，例如球类运动员的“球感”、游泳运动员的“水感”、体操运动员的平衡感觉、武术运动员的器械感觉、跳高运动员的“横杆感觉”、短跑运动员的速度感觉等等。在对运动员进行心理诊断时，要把一般心理能力的诊断与专项心理能力诊断有机地结合起来。

(4) 心理机能相互补偿的诊断原则。对运动员部分心理机能的发展水平的诊断，同时要诊断和研究与运动活动有关的心理机能之间的相互补偿的机制，这对于确定专门运动心理能力的心理指标与评定标准是有益的。

(5) 相对稳定与动态诊断原则。运动员的心理活动是处在不断发展变化之中，在其发展的一定阶段，处于一定条件，同一水平、同一年龄、同一性别有其相对的共同性、稳定性，这是对运动员心理差异进行诊断和比较研究的依据。但是由于运动员的运动活动是处在不断发展变化之中，有时是瞬息多变的，因此对运动心理诊断具有动态的特点，可见，对运动员心理诊断必须遵循发展变化相对稳定与动态诊断变化的原则。

(6) 个别诊断的原则，运动员的心理活动是其头脑对客观现实的主观反映，因此，其心理活动都具有个人的特点。对运动员的个别的心理诊断，是训练过程中个别对待的客观要求，运动员个人的心理特点表现是多方面的，个人知觉特点的诊断具有重要意义，这是因为：①个人知觉特点的诊断可作为其它心理特点的某些特点进行比较的依据；②可以作为确定人的潜力的一个方面；③知觉的特征（如选择性、完整性、恒常性等）不仅可以揭示它们之间相互关系的程度，同时还可以确定它们之间哪些特征和联系可以评定人的整个心