

1998-2007年我国运动心理学研究工作状况分析

林炜鹏¹, 洪晓彬², 邓丽星¹

(1.玉林师范学院 体育系, 广西 玉林 537000; 2.武汉体育学院 健康科学学院, 湖北 武汉 430079)

摘 要: 选择能够反映我国运动心理学研究现状的体育学和心理学核心刊物作为对象, 通过对1998-2007年发表的有关运动心理学的文章进行了分析, 共搜索到实证研究论文659篇。结果发现: 体育心理学研究仍显薄弱, 定量研究整体质量有待进一步提高, 质性研究范式没有得到足够的认识与重视。加强本土化研究, 竞技运动心理学应坚持个案研究。深化对质性研究的认识, 整合“定量”与“质性”两种范式, 是今后运动心理学研究应注意的问题。

关键词: 运动心理学研究; 体育学和心理学核心期刊; 中国

中图分类号: G804.8 **文献标识码:** A **文章编号:** 1006-7116(2009)04-0044-04

Analysis of the situation of jobs done to researches on sports psychology in China between 1998 and 2007

LIN Wei-peng¹, HONG Xiao-bin², DENG Li-xing¹

(1.Department of Physical Education, Yulin Normal University, Yulin 537000, China;

2.School of Health Sciences, Wuhan Institute of Physical Education, Wuhan 430079, China)

Abstract: The authors selected core journals of physical education science and psychology as their research subject, which can reflect the current state of researches on sports psychology in China, analyzed totally 659 empirical research theses about sports psychology, which were published between 1998 and 2007 and selected by the authors via internet and manual retrieval, and revealed the following findings: researches on sports psychology are still somewhat inadequate; the overall quality of quantitative study should be further enhanced; the normal forms of qualitative study are not sufficiently recognized and valued; localized study should be strengthened; researchers should keep doing researches on individual cases of competitive sports psychology; deepening the recognition of qualitative study and integrating “quantitative” and “qualitative” normal forms are issues that should be showered attention on in future researches on sports psychology.

Key words: sports psychology; core journals of physical education science and psychology; China

自1979、1980年中国心理学会体育运动心理学专业委员会和中国体育科学学会运动心理学会相继成立以来, 中国运动心理学研究发展已有近30年的历史。特别是进入20世纪90年代后期, 随着奥运争光计划和全民健身计划的实施, 中国体育事业的发展达到了前所未有的水平, 运动心理学同样也得到了发展。本文选择能够反映我国运动心理学研究现状的体育和心理学核心刊物作为查阅对象, 心理学核心期刊包括《心理学报》、《心理科学》、《心理学探新》。通过网上检索(关键词为体育运动、心理学)与人工查阅的方法对

1998~2007年发表的有关运动心理学的文章进行了查阅, 并对搜索到的文章内容进行分析, 排除研究综述与理论阐述方面的文章, 最后确定659篇实证研究论文作为分析对象。

1 基本状况

1.1 领域分布

中国运动心理学从单一的竞技运动心理学研究, 发展到今天的竞技运动、体育教育以及锻炼心理学的多元化研究。特别是20世纪90年代后期以来, 随着

现代学科的不断交叉与融合,作为体育学与心理学的交叉学科,运动心理学的分支学科也不断产生,如已出版的《体育社会心理学》^[1]、《运动直觉研究》^[2]。即便如此,竞技运动、体育教育、大众健身3个领域,仍然是现今运动心理学的主流方向,这从我国学者的论著与综述论文中可窥见一斑^[3-6]。

1) 竞技运动心理学。竞技运动心理学研究领域是竞技运动,研究对象是高水平运动员(在本研究归类中也包括教练员)。其工作重点是围绕运动员的心理选材、心理技能训练和心理咨询工作进行的^[9]。中国运动心理学开展初期主要就是以竞技运动心理学研究为重点。20世纪80年代初,由武汉体育学院接管的国家体委重点课题优秀运动员的心理选材则是中国竞技运动心理学研究的先驱。该课题组对我国的田径、体操、排球等项目运动员进行了各种心理测试,以确定各个项目运动员所需的心理特征^[7]。20世纪90年代后期以来,虽然体育心理学以及锻炼心理学迅速发展,但竞技运动心理学的研究仍是主流。从1998-2007年发表的文章来看,竞技运动心理学为339篇,占总数的51.44%。因此,目前竞技运动心理学依然占据着我国运动心理学研究的主导地位。

2) 体育心理学。体育心理学是体育教育心理学的简称,其研究领域是学校体育,研究对象是学生(在本研究归类中也包括体育教师)。师范院校体育专业通常都开设体育心理学这门课程,这是教育部体育卫生与艺术教育司规定的普通高等本科院校本科体育教育专业9门主干课程之一。体育教育心理学的研究主要是围绕如何有效地掌握运动技能和如何通过学校体育课和课外体育活动培养良好的人格品质两个问题进行的^[9]。在我国,体育心理学与竞技运动心理学有着相同的研究历史,但由于奥运争光计划以及竞技体育在体育运动中的重要地位,体育心理学研究相对薄弱。尽管已出版相当数量的论著,但多数仍停留于借鉴、移植运动心理学和教育心理学相关理论层面。从1998-2007年我国运动心理学的研究来看,体育心理学为170篇,占总数的25.80%。因此,体育心理学的研究比例还相对较少,但呈逐年递增发展。

3) 锻炼心理学。锻炼心理学研究领域是大众体育,研究对象是大众。20世纪80年代后期和90年代早期,运动心理学家开始将注意从研究运动员的心理学转移至普通人群身体锻炼的心理学方面,在1988年《运动心理学杂志》更名为《运动和身体锻炼心理学杂志》这一情况中得到证明^[8]。在我国,锻炼心理学是运动心理学研究中起步最晚的一类,但随着《全民健身计划纲要》的颁布,群众对提高国民素质重要性的认识逐

步增强,活跃在该领域的运动心理学研究者也日益增多。1998-2007年,锻炼心理学的论文150篇,占论文总数的22.76%。

1.2 研究范式选择

心理学研究范式分为定量研究与质性研究。所谓定量研究是指从数量化的思路出发,运用心理量表或其他手段对心理特征以及心理活动作定量测定,并对所测数据进行严格的统计分析^[9]。而“质性研究”是建立在后实证主义、批判理论和建构主义理论基础之上的,它是在自然条件下通过开放式访谈、观察和现场分析来归纳出心理活动的全面的解释性理解,并提出新问题^[10]。“定性研究”这个概念过于宽泛,所有非定量的研究都可以归入到定性研究的范畴,如研究综述或理论探讨。定量研究和质性研究是心理学研究的两种不同范式,也是运动心理学研究的两种不同范式。从质性研究概念来看,其主要运用的研究方法包括开放式访谈、观察和现场分析。对本文搜索到的运动心理学文献研究范式进行分析发现,真正意义上的质性研究只有刘方琳、张力为的《运动员心理疲劳的定性探索》^[11]。这表明我国运动心理学研究仍然以科学心理学的实证主义道路为主要研究路线,这在某种程度上是受我国心理学主流研究范式的影响。

1.3 方法应用

心理学研究方法体系由哲学方法论、科学方法论以及具体方法论3者构成^[12]。在本文中只考虑收集资料、获得数据的具体方法,即一级方法,以及分析资料、处理数据的方法,即二级方法,不涉及研究所遵循的哲学指导方法^[9]。

1) 一级研究方法。1998-2007年我国运动心理学研究采用了多种研究方法,包括观察法、调查访问法、实验法和测量法。其中,以测量法为主,占60.09%。而在选用测量工具时则以采用现成的量表为主,这在所有入选论文中达到311篇,占47.19%。此外,在实验研究中以现场实验研究居多,占18.51%。

2) 二级研究方法。对所有入选定量研究论文所采用的数据统计方法进行分类,根据统计方法的复杂程度将其分为3类,基本统计方法、多元统计方法和现代高级统计方法。基本统计方法包括频数分布、*T*检验和单因素方差分析;多元统计方法包括协方差分析、多因素方差分析、相关分析、多元回归和探索性因素分析;现代高级统计方法主要是结构方程模型、多层线性模型。1998-2007年我国运动心理学研究中统计方法的应用主要是以基本统计方法为主,占54.25%。在运用高级统计方法上,如结构方程模型和多层线性模型研究较少,占6.08%。40篇论文中都只是采用了

结构方程模型,没有一篇论文采用多层线性模型统计方法。造成这种现状的主要原因是这两种统计方法过于复杂,多数研究者对现代高级统计方法望而却步。

2 评述

2.1 体育心理学研究仍显薄弱,竞技运动心理学应坚持个案研究

在我国,作为与竞技运动心理学研究有着同样历史的体育心理学,无论是在研究数量,还是在研究质量上都与竞技运动心理学相差甚远。该领域的研究仍然停留于模仿、照搬、借鉴运动心理学、教育心理学等其他心理学分支学科的理论与方法,缺乏自己独立的研究体系,这可以从目前体育心理学的论著中略见一斑。查阅国内目前已出版的所有运动心理学论著,可以发现体育心理学的论著是最多的,这说明体育心理学的研究多处于理论探讨、哲学思辨状态,缺乏真正意义的深入实证研究。我国体育心理学研究理论性问题表现在缺少有特色的研究、缺少高水平的研究、缺少系统化的研究、缺少服务性研究;实践性研究表现在研究设计不合理与研究结果不真实上^[13]。对近10年我国体育心理学研究论文进行分析发现,体育心理学的研究以教学实验为主,通常采用锻炼或心理干预,分析其心理特征或技能表现的变化。

参与体育运动的人群,特别是参与竞技运动的运动员,对于这样的特殊群体想采用通则式研究,获得具有普遍意义的一般因果规律,通常的结果是不理想的。一是高水平运动员群体数量本来就少,想要采用大样本研究不易;二是获得的结果应用到不同运动员身上具有很大的个体差异。从运动训练实践的角度来看,竞技运动心理学应当更加重视个案研究的应用。个案研究在竞技运动心理学研究中之所以应当被重视,在于其特殊优越性:第一,个案研究方法有助于对个体的探讨,如对奥运会冠军的个人发展历程,以及在这种历程中表现出的心理特征;第二,个案研究方法有助于对事件变化过程的深入探讨;第三,个案研究方法有助于节省研究资金^[14-15]。

2.2 定量研究整体质量有待进一步提高

在调查研究中,对于问卷选择或者编制的问题应得到足够重视。问卷选择时要与研究的对象以及研究内容相适应。此外,有些研究者直接翻译国外量表进行研究,这种“拿来主义”没有考虑问卷翻译的语言等值性、文化适应性,也没有进行信效度检验,其后果直接导致研究结果的不真实、不可重复。我国学者高旭、毛志雄^[16]就对国内体育领域滥用SCL-90量表提出了质疑。张力为^[17]曾指出我国学者在借用外国自陈

量表所存在的文化适应问题。在问卷编制上,许多研究没有严格按照纸笔测验编制的要求,对问卷的信度、效度检验,特别是问卷的结构效度应当采用结构方程模型进行验证,看模型结构是否与数据拟合。

在实验研究中,实验设计和实验程序交待不清楚。在实验设计上,许多研究在对被试者分组时往往都没有经过随机化处理,以自然班组或依照个人意愿进行分组。此外,我们都知道,定量研究与质性研究的一个区别就是定量研究结果具有可预测性和可重复性,如果实验设计不合理,特别是实验程序交待不清楚,其他研究者很难能够依照你的研究进行重复实验,即使做了,得到的结果往往也是不一致的。

2.3 演化对质量研究的认识、整合“定量”与“质性”两种范式

由于我国运动心理学研究起步较晚,导致我国运动心理学研究依然以定量研究范式为主,对于质性研究范式缺乏足够的认识。我国运动心理学研究者对于心理学的两种研究范式是有一定概念的。但由于语言翻译上的问题,大多研究者都把“定性研究”这个概念当作“质性研究”。如有研究者对运动心理学研究论文归类时将研究分为定量研究和定性研究两类^[18]。其实不然,定性研究主要用思辨的方式对研究现象进行解释,不要求研究者自己进入实地开展实证研究并提供第一手资料,但质性研究与量化研究都一样要求研究者深入实地开展实证研究,都很注重研究方案的设计,并都有一套规范的研究程序和操作技术^[19]。可见,定性研究与质性研究之间是不等同的,甚至在英文中找不到定性研究这个单词。

与量化研究范式的检验假设相反,质性研究范式被认为是一种假设生成研究。Locke(1989)^[20]在其早期的著作中曾指出,质性研究方法的规则并不像定量研究那样要求苛刻,也正是因为质性研究的这一特点为研究增加了许多创造性的机会。强调质性研究,并不是排斥量化研究^[21]。这两种研究范式都是探索未知、追求真理的方式。目前,虽然国内已有讨论在心理学研究中将“质性”与“量化”研究方法进行整合的文章发表,但基本停留于讨论两种方法整合的必要性以及整合的理论模型,并没有在操作层面上探讨两者之间的整合,也没有具体的整合研究报道。如何将这两种研究范式在心理学研究中整合,将是心理学家包括运动心理学研究者亟待解决的问题。

综上所述,1998-2007年我国运动心理学研究取得长足的发展。在研究领域上逐步拓宽,但仍以竞技运动心理学、体育心理学和锻炼心理学为主;在研究

范式上仍以定量研究为主;在研究方法应用上呈现多样化,多种方法、手段结合的态势;在研究特色上,本土化研究初现端倪。尽管我国运动心理学工作者对运动心理学有了更加深刻的认识与理解,对研究范式与研究方法的把握与应用也有了一定的提高。但是,我们仍应清醒地看到与国际运动心理学研究存在的差距,特别是在研究方法的应用上还存在许多问题。在借鉴和引进西方先进理论、方法、手段和技术的同时,应根据我国特有的历史、文化、社会制度以及体育体制,走具有中国特色的运动心理学研究道路。我们相信,伴随着中国体育在国际上地位的不断提高,中国运动心理学研究将会取得更为丰硕的成果。

参考文献:

- [1] 季浏,朱学雷. 体育社会心理学[M]. 上海:华东理工大学出版社,1996.
- [2] 王斌. 运动直觉研究[M]. 武汉:华中师范大学出版社,2005.
- [3] 张力为,任未多. 体育运动心理学研究进展[M]. 北京:高等教育出版社,2000.
- [4] 张力为,毛志雄. 运动心理学[M]. 上海:华东师范大学出版社,2003.
- [5] 姚家新,徐霞. 中国运动心理学的研究现状与展望[J]. 体育科学,2004,24(10):38-45.
- [6] 姚家新,张力为(执笔),李京城,等. 运动心理学研究进展[J]. 天津体育学院学报,2008,23(1):1-10.
- [7] 优秀运动员心理特征研究[G]//国家科研课题论文汇编. 武汉:武汉体育学院科研处,1982.
- [8] 季浏,罗伯特J科克比. 身体锻炼心理学的研究现状和未来方向[J]. 天津体育学院学报,1997,12(3):8-11.
- [9] 王重鸣. 心理学研究方法[M]. 北京:人民教育出版社,1990.
- [10] 陈向明. 质的研究方法与社会科学研究[M]. 北京:教育科学出版社,2000.
- [11] 刘方琳,张力为. 运动员心理疲劳的定性探索[J]. 体育科学,2004,24(11):37-44.
- [12] 石岩. 体育心理实验设计[M]. 北京:北京体育大学出版社,2007.
- [13] 代军,卢塞军,郝国栋,等. 运动心理学发展动态分析——第28届国际心理大会综述[J]. 体育学刊,2005,12(6):136-139.
- [14] 张力为. 体育科学研究方法[M]. 北京:高等教育出版社,2002:268-269.
- [15] 陈伟伟. 拉拉队效应的运动心理学分析[J]. 体育学刊,2006,13(4):47-49.
- [16] 高旭,毛志雄,霍鑫. SCL-90在国内体育领域中的误用[J]. 天津体育学院学报,2008,23(2):140-142.
- [17] 张力为,符明秋. 借用外国自陈量表的文化陷阱[J]. 心理科学,2000,23(6):729-731.
- [18] 陈剑锋,颜军,黄美蓉. 我国运动心理学研究方法若干问题的分析与展望[J]. 中国体育科技,2005,41(1):26-28.
- [19] 陈向明. 质性研究:反思与评论[M]. 重庆:重庆大学出版社,2008.
- [20] Locke L. Qualitative research as a form of scientific inquiry in sport and physical education[J]. Research Quarterly for Exercise and Sport, 1989, 60: 415-442.
- [21] 闫挺,毛志雄,连文杰. 运动心理学在残疾人体育领域中的应用研究综述[J]. 体育学刊,2007,14(4):119-124.

[编辑:谭广鑫]