

# 福建省教练员对未成年运动员体罚现象研究

林琼<sup>1,2</sup>

(1. 福建师范大学体育科学学院, 福建 福州 350108; 2. 集美大学体育学院, 福建 厦门 361021)

**摘要:**运用扎根理论、访谈、问卷调查与数理统计等方法,对福建省教练员对未成年运动员实施体罚行为的现状及影响进行研究。结果表明,体罚现象是未成年运动员训练中教练员处罚行为诸多类型中最具代表性的,发生率高、应用范围广、隐蔽性强,男运动员更易被教练员体罚,但是专项差异不大。此外,体罚行为对未成年运动员影响较大。建议从情与法两方面采取措施以保障教练员这种惩戒权的合理实施,以最终达到促进未成年运动员成才的目的。

**关键词:**未成年运动员;教练员;体罚现象

中图分类号:G808.1

文献标识码:A

文章编号:1007-7413(2015)05-0064-06

## Research on the Toco Phenomenon to Athletes Minors in Fujian

LIN Qiong<sup>1,2</sup>

(1. School of Physical Education and Sport Science, Fujian Normal University, Fuzhou 350108, China;

2. Physical Education Institute of Jimei University, Xiamen 361021, China)

**Abstract:**With the methodology of grounded theory, investigation and statistical analysis, the status quo and impact of coaches' toco punishment to athlete's minors in Fujian province are researched. The result revealed that, toco phenomenon which is frequent, universal and covert is typical in minors' training. Male athletes are more likely to be punished while there is little discrepancy among different sports. Besides, toco punishment cut both ways to minors' training. So it needs to regulate coaches' punitive tactics from emotion and rule and thus to realize the athletes minors' accomplishment.

**Key words:**athletes minors; coach; toco phenomenon

在我国竞技体育取得辉煌成就的背后,是运动员在教练员指导下不断通过加大运动负荷向身体极限挑战的艰辛过程。大强度的运动负荷不仅是运动员取得竞赛成绩的必要条件,同时也成为教练员惩戒运动员,尤其是未成年运动员的首选手段。了解教练员体罚行为的现状及影响,对于保障未成年运动员权益,实现教练员合法、科学执教具有重要意义。

## 1 研究对象与研究方法

### 1.1 研究对象

福建省教练员对未成年运动员实施体罚行为的现状及影响。

### 1.2 研究方法

#### 1.2.1 访谈法

基于扎根理论进行访谈对象的选取,不是一个静态的过程,它需要在研究中不断地调整,选取更加合

适的研究对象,直到译码过程达到理论饱和为止。据此弹性原则与标准,由于本研究主题较敏感,且现役未成年运动员表达能力有限,因此选取福建省厦门市集美大学、福建师范大学两所高校的运动训练专业、民族传统体育专业的25名18—19周岁的大一新生进行访谈。他们自少年时期开始分别从事15个不同运动专项,均获得国家二级运动员以上的运动级别,以回忆的形式对未成年时期的运动经历进行陈述。此外,为保证研究客观性,走访了福建省福州、宁德等若干市体育运动学校,与11名未成年运动员及7名一线教练员进行了访谈。

#### 1.2.2 问卷调查法

采用分层抽样结合随机抽样,最大程度做到调查样本的代表性和全面性。问卷发放对象为福建省内9所训练单位未成年运动员562名,以及2所高校运动训练专业与民族传统体育专业的一年级大学生运动员258名,共820名(大学生运动员填写18周岁之

前的训练情况)。在质量控制上,与训练单位领导沟通,慎重承诺学术伦理和保密原则。共发放 820 份问卷,回收 791 份,回收率为 96.5%。筛除无效问卷 74 份,获得有效问卷 717 份,有效率为 90.6%。有效问卷中,男生 412 名占 57.5%,女生 305 名占

42.5%。采取重测法进行信度检验。时隔 6 个月后从上述 9 个单位 791 位有效调查对象中,随机选取 80 人进行第二次测量。计算两次回答之间相关系数  $r=0.876$ ,高度相关( $P<0.01$ ),调查结果可信(表 1、表 2)。

表 1 调查问卷发放及回收情况

发放对象	发放份数	回收份数	回收率/%	有效份数	有效率/%
福建省体育职业技术学院	123	123	100.0	120	97.6
厦门市集美大学	133	133	100.0	129	97.0
福建省运动管理中心	80	77	96.3	69	89.6
泉州市体育工作大队	109	106	97.2	93	87.7
福建省少年儿童体育学校	105	104	99.0	91	87.5
龙岩市体育运动学校	95	84	88.4	70	83.3
漳州市长泰县少年儿童业余体校	77	73	94.8	64	87.7
龙岩市漳平县少年儿童业余体校	50	46	92.0	41	89.1
龙岩市永定县少年儿童业余体校	48	45	93.8	40	88.9
总计	820	791	96.5	717	90.6

表 2 受调查运动员从事运动专项分布

专项	人数	比例/%	专项	人数	比例/%
田径	67	9.3	赛艇	20	2.8
举重	44	6.1	散打	59	8.2
篮球	37	5.2	射击	37	5.2
排球	66	9.2	射箭	18	2.5
皮划艇	33	4.6	摔跤	13	1.8
乒乓球	31	4.3	跆拳道	38	5.3
拳击	4	0.6	体操	40	5.6
柔道	4	0.6	击剑	9	1.3
游泳	63	8.8	跳水	22	3.1
羽毛球	39	5.4	网球	25	3.5
足球	8	1.1	武术	40	5.6
总计	396	55.2	总计	321	44.8

### 1.2.3 数理统计法

采用 SPSS20.0 软件对数据进行统计分析。

## 2 教练员体罚现象的调查结果分析

### 2.1 体罚行为释义

在访谈运动员的过程中,笔者发现有两个词出现

的特别频繁:体罚、罚。教练员这种体罚和罚的行为,往往并不直接开口谩骂运动员,也很少对运动员进行攻击,而是利用自身的权威性,命令运动员做一些高负荷、高强度的体能训练。而这些训练内容往往在训练课计划之外,甚至并不科学,有可能给运动员的身体带来伤害。以下是一些运动员的自述:

——平时挨打是一方面,我最怕的还是体罚。宁愿挨打也不要体罚。挨打就疼一下,那体罚身体完全处于疲惫状态,还有扎马步,腿抖得乱七八糟还得扎。还有倒立,一直倒着,你敢下来就完了。时间不一定,看教练心情了,什么时候解气了什么时候下来。体罚是最恐怖的。教练觉得打你都不够了,就体罚。

——只要有一个人偷懒,教练就罚全班蹲马步。过高过低都不行。拿一个酒瓶放在后面,拿一根棍子吊在上面,不能坐下去也不能站起来,限制那个高度。一蹲就是半小时。

——训练的时候,如果技术动作一直改不过去,教练急了就会打人骂人,强迫纠正。我们射箭训练是一组一组箭打,如果一组箭没打好,教练就叫我们蛙跳过去再回来,比如 30 m,然后再接着打。打不好再蛙跳。

——我们田径体罚还是跑圈,从白天跑到天黑,或者跑到教练自己要回家了才能停,反正跑到累死的感觉。我没被罚过,但是有看到他们被罚,在田径场上一直跑一直跑,两三个小时。

所以,体罚虽然并非表现为各种形式的殴打,没有外力造成未成年运动员肉体上明显的损伤,但这种惩罚却给他们带来很大的不适感,有时甚至挑战运动员的体能极限,带来的痛苦比挨打更甚。在行为模式上,运动员口中的“体罚”则是以身体练习为内容的惩罚。这种“体罚”与日常语境中的“体罚”有所不同,因此,在给运动训练中的“体罚”下定义之前,必须予以厘清。

体罚问题在教育学中早有讨论。《现代汉语词典》对体罚的解释是:“用罚站、罚跪、打手心等方式来处罚儿童的错误教育方法。”<sup>[1]</sup>《教育大词典》中的体罚为:“以损伤人体为手段的处罚方法”,并以列举的方式对“变相体罚”做出解释:“如留堂、饿饭、罚劳动、重复写字几百几千等。”<sup>[2]</sup>在《中小学教师职业道德修养》中,“体罚,即对学生身体的惩罚。变相体罚,即并不直接对学生人身诉诸拳脚和工具.而是以各种借口并以其他形式间接地对学生进行处罚。”<sup>[3]</sup>显然,教育学中常用的“体罚”是广义上的体罚,既包

括躯体暴力,也包括所谓的变相体罚——罚做各种行为劳动(罚跪、罚站、罚做),使受罚者身心疲惫痛苦。相较之下,运动员们俗称的“体罚”实质上是变相体罚的内容,是狭义上的体罚。

由此,给运动训练中的体罚暴力下定义为:为达到威慑运动员的目的,教练员以罚站、罚跑、蛙跳、倒立、扎马步、加量训练、加难度训练等加大运动负荷的方式对运动员进行的惩罚。

## 2.2 教练员对未成年运动员体罚行为的发生情况

### 2.2.1 未成年运动员受教练体罚的总体情况

与学校教育中的体罚相比,运动训练领域中的体罚既有相似之处,又有自身特性。除了体罚内容的特殊,另一特殊便体现在体罚范围的广泛。在调查中发现,96.7%的未成年运动员都有被体罚的经历(表3)。虽然发生率较高,但由于体罚往往耗时长,严重损耗运动员体能,所以从频度上来看,大部分体罚都为中低频(偶尔、经常、比较经常),只有极少数极不理智的教练几乎每节课都体罚运动员(表4)。

表 3 教练员体罚行为的总发生率

发生率	没被教练体罚过	有被教练体罚过	总计
人数	24	693	717
比例/%	3.3	96.7	100

表 4 体罚行为的发生频度

频度	偶尔有	经常有	比较经常有	几乎每节课都有	总计
人数	224	305	118	46	693
比例/%	32.3	44.0	17.0	6.6	100

### 2.2.2 不同性别未成年运动员受体罚的比较

通过调查发现,虽然教练员体罚在未成年运动训练中是最广泛的一种处罚行为,但仍然表现出一定的性别差异,“从没有”中,男生占 1.1%,女生占 2.2%;“偶尔有”中,男女生一样占 15.6%;“比较经常有”中,男生占 24.3%,女生占 18.3%;“经常有”中,男生占 12.1%,女生占 4.3%;“几乎每节课都有”中,男生占 4.7%,女生占 1.7%。男生往往更容易受到中高频的体罚,在“比较经常有”“经常有”“几乎每节课都有”区域,男运动员所占的比重远高于女运动员。由于女性的“弱势”地位,传统社会价

价值观影响下的教练员通常都会更爱护女运动员一些。同时与男生往往更调皮叛逆不无关系。

### 2.2.3 不同运动项目未成年运动员受体罚比较

体罚与教练员直接对运动员实施的躯体暴力的共同点都是使运动员在肉体上感受到一定程度的痛苦。但通过五级量表赋值对10个大项的未成年运动员受体罚情况进行比较,发现体罚行为的专项间差异较不明显。在体罚行为中,武术是第一“重灾区”,射

击射箭居末位,但平均值相差仅1.0,即平均频度相差只有一档。从表5中可以看出,所调查的10个大项在体罚方面差异都不大,整体基本都处于“比较经常有”的状态。笔者认为,这缘于体罚在行为恶性上较躯体暴力更为隐蔽,以某种身体练习为表现模式,因此更容易模糊练与罚的界限。所以运动训练界对体罚的宽容度更高,教练员也更容易放任行使这种惩罚手段。

表5 不同运动项目的教练员体罚行为情况比较

专项	从没有	偶尔有	比较经常有	经常有	几乎每节课都有	平均值	排序
篮排足	6/5.4%	35/31.5%	42/37.8%	25/22.5%	3/2.7%	2.9	4
体操	0/0.0%	8/20.0%	20/50.0%	8/20.0%	4/10.0%	3.2	2
乒羽网	5/5.3%	31/32.6%	43/45.3%	11/11.6%	5/5.3%	2.8	6
武术	0/0.0%	8/20.0%	9/22.5%	14/35.0%	9/22.5%	3.6	1
重竞技	3/2.4%	28/22.0%	68/53.5%	18/14.2%	10/7.9%	3.0	3
游泳跳水	1/1.2%	27/31.8%	38/44.7%	14/16.5%	5/5.9%	2.8	8
射击射箭	3/5.5%	25/45.5%	18/32.7%	6/10.9%	3/5.5%	2.6	10
举重	2/4.5%	18/40.9%	12/27.3%	8/18.2%	4/9.1%	2.9	4
水上项目	1/1.9%	20/37.7%	26/49.1%	4/7.5%	2/3.8%	2.7	9
田径	3/4.5%	24/35.8%	29/43.3%	8/11.9%	3/4.5%	2.8	6

## 2.3 教练员体罚行为对未成年运动员的影响

### 2.3.1 过度体罚可造成未成年运动员的过度训练

尽管体罚暴力在动作表征上不如躯体暴力强烈,没有在运动员身上留下什么伤痕,但给未成年运动员健康带来的伤害更加深远。超生理负荷的大运动量训练、极限训练,甚至是无视恢复的非科学非人道训练,已演变成一种病理应激。预期获得超量恢复,却导致了过度疲劳;预期收获运动成绩,却换来了伤病。

——我们受伤很多,本来伤病完都需要一段恢复期。但是每次一受伤,教练又不由分说地叫我们去打实战。我记得刚开始练柔道的时候非常肯练,肋骨骨折,走路呼吸都非常痛,才休息了几天,教练又叫我去打实战,没打两分钟就岔气了。眼泪控制不了的哗哗流。还有很多1997、1998年的孩子,都已经腰椎间盘突出,髌骨也不行了,这些其实并不是训练的必然结果,我觉得都是教练没给我们恢复期造成的。我上次去四川,训练量也非常大,体力完全透支,但回来休息一段恢复的就很好,动作做得更好,体力也更上一层楼。

——我记得在常州训练的时候,大夏天很热,赛前备赛,一过去就瘦了好几公斤。我们重竞技和别的

项目还不一样,赛前要降体重,一降就是十几公斤,大夏天得穿着棉袄跑步,训练也是穿着秋衣秋裤,训练量也很大。有一次一个队员已经不行了,快要虚脱,但教练冲过来就是一巴掌,继续练。过了一会儿他就开始抽筋了,从脸到腰到脚趾,全身都在抽,教练也不管他。还是我们把他抬回宿舍,然后我大夏天背着他走了两三公里,送到医院打点滴。

运动生理学对过度训练的研究已颇有历史,它是训练安排不当等原因造成机体慢性疲劳和不适应的一系列病理状态。早有研究表明,硬性要求达到高数量的训练任务缺乏科学依据,在疲劳的开始阶段,机体代偿机制尚能应付短暂的活动,但反科学地继续疲劳训练,将导致技术走样、负荷能力下降,身体供能系统发生改变等,造成机体损害。由于青少年生长发育速度快,使得对这一群体的研究较为困难,<sup>[4]</sup>但教练员采取打骂、体罚等行为压制未成年运动员训练,一味地追求大运动量,毋庸置疑为一种野蛮的揠苗助长行为,势必给未成年运动员带来更严重并不可逆的身体伤害。

第一,对心血管系统来说,儿童的心脏心肌柔软,壁薄容积小,为保证长期超负荷大运动量训练的血液

供应,会造成心率过快、心肌肥厚、心脏肥大,并且在停训后仍难以恢复。并且已有研究证明,我国运动员的运动性贫血发病率较高,尤其以少儿运动员为高危人群,部分长期过度训练的少年儿童血红蛋白明显位于正常下限。

第二,对骨骼肌肉系统来说,儿童的肌肉细嫩,肌肉力量差,骨骼中水份和有机物含量高,无机盐含量少,骨骼韧性强而硬度弱,易发生弯曲和变形。经常性的体罚和大运动量训练不但妨碍骨骼形态的正常发育,还可能使骨骼受伤。

第三,教练高压下的过度训练,往往还会刺激未成年运动员激素分泌量的增加,从而抑制自然吞噬细胞的活性,导致免疫功能降低。同时更可能引起青春期激素分泌的紊乱,给青少年运动员的成长发育带来难以估量的影响。

生长发育具备连续性和阶段性,每个青少年的生理心理成长都有一定的自我规律。泛暴力化手段下的揠苗助长式训练,引起技能劣变,贻误前程,导致运动生命的缩短,更给未成年运动员的身体健康带来潜在长远的危害。

2.3.2 过频体罚会造成部分未成年运动员体罚免疫

受访运动员均表示少年时期挨教练体罚是“家常便饭”的事。此外,通过问卷调查发现,未成年运动员的内心对体罚暴力存在普遍的担忧。50.9%的运动员对体罚“有点担心”,22%的未成年运动员表示“很担心”。说明体罚暴力对多数未成年运动员是有一定震慑效果的,但也有13.1%未成年运动员表示“一点都不担心”,9.6%的未成年运动员表示“习惯了不害怕”,4.3%的未成年运动员表示“提心吊

胆”。而且,在调查未成年运动员对体罚的担忧情况时,相比躯体暴力和语言暴力,选择“完全不担心”和“习惯了,不害怕”的运动员更多。由此说明了在未成年运动训练中,至少有一部分运动员已对教练员的体罚处于免疫状态,能敷衍则敷衍,难以实现惩罚的目的和效用。

2.3.3 适度体罚能促进未成年运动员的训练效果

竞技体育大运动量要求极限式的负荷和严苛的动作质量。然而,在日复一日的训练中,仅靠自我成就等内部动机,人体自身的惰性往往难以克服。有研究认为,在体校为例的低水平运动队中,运动员年龄比较小,缺乏训练和比赛获胜的强烈动机,因此教练员常需要采取喝叱、责骂、体罚等手段监督小运动员的训练。<sup>[4]</sup>因此,需要动员一切可利用的能量,因人因时制宜,来激发未成年运动员的内部动机和拼搏精神。多个一般刺激往往比不过一个强刺激,教练员适度适时的体罚就是通过释放一种强力刺激信号来唤醒自我意识,来激化调节的一种重要而有效的外部手段。可以说,严格甚至残酷是教练的职业习惯,许多教练员在训练教学实践中都深深感到,帮助未成年运动员成才的责任中必然需要一定程度的“铁石心肠”。在采访中,几乎所有教练员都是同意使用体罚的,正如福建省××市少年体育运动学校的某教练所言:这个年龄的孩子们自制力普遍较差,体罚就是马上解决他们偷懒问题的有效方法。

同时,调查结果显示,未成年运动员自身也肯定了教练员暴力督促的有效性。同意或非常同意教练员在训练中采取适度暴力措施的被调查运动员达到了一半以上,总体认同水平接近“同意”(表6)。

表6 对竞技体育训练需要教练员适度体罚的认同度

非常同意	同意	说不来	不同意	非常不同意	平均数
154/21.5%	259/36.1%	132/18.4%	73/10.2%	99/13.8%	3.4

另外,访谈结果显示,80%以上的被访运动员对教练员当年体罚自己心存感激,认同“教练员如果不狠,很可能没有今天的成绩”。

研究结果表明,要辩证的去看待教练员的体罚现象,虽然教练员体罚暴力可对未成年运动员造成诸多不利影响,但是,因时制宜、因材施教的适度体罚,也可以起到促进未成年运动员的成才的积极作用。

3 结论和建议

3.1 结论

教练员体罚现象在未成年运动训练中发生率较高,存在范围较广,但由于体罚往往耗时长,严重损耗运动员体能,所以从频度上来看,大部分体罚都为中低频,并呈现出一定的对象性别差异,男运动员比女

运动员更容易被教练员体罚。从教练员体罚行为的专项差异来看,所调查的十个大项在体罚方面差异都不大,整体基本都处于“比较经常有”的状态。笔者认为,这缘于体罚在行为恶性上较躯体暴力更为隐蔽,以某种身体练习为表现模式,因此更容易混淆练与罚的界线。所以运动训练界对体罚的宽容度更高,教练员也更容易放任行使这种惩罚手段。体罚行为易造成过度训练,对未成年运动员的健康伤害较大,也会影响其运动寿命。另外体罚行为不宜经常使用,否则会影响运动成绩,也会造成一部分人体罚免疫,起不到应有的惩戒效果。同时,研究结果也反映了教练员体罚行为的辩证影响,因时制宜、因材施教的适度体罚,可以起到促进作用,促进未成年运动员的成才。教练员拥有惩戒权,对未成年运动员实施适度的体罚实有必要。

### 3.2 建议

1)教练员加强与未成年运动员之间的情感沟通,增进相互的包容与理解,树立自身的领导威信。在训练课以外多关心运动员,多了解运动员的思想意识、脾气秉性,以便在训练中更好地因材施教,“对症下药”。

2)借鉴教育督导制度,设立未成年运动员竞技训练督导机构。可将未成年运动员竞技训练督导机构整合于各级体育局的行政机构中。督导人员由退休优秀教练员及法律专业人员构成,在督导内容上以专项督导为主,着眼于教练员执教行为的合法适度

性。以督导人员的专业化视角和经验知识,结合竞技训练的特点及适度暴力的法律要求,对教练员的体罚手段进行合法性考量。同时进行调查研究性督导,在实践中不断摸索厘清教练员适度惩罚的边界。

3)建立教练员协会,承担教练员的培训、考核,同时更由协会制定教练员权利义务与道德准则,相关的纪律处罚条例,赋予协会对教练员处罚的权力,以及定期、不定期的合法执教监督。通过教练员协会,调动教练员系统的“自净”作用,加强对惩戒权的法制教育和监督管理。

4)训练单位参照国际上对教练员职业道德的要求和做法,规定教练员在受聘执教工作时,签署职业道德规范方面的相关协议,并作为教练员年度考核、职称晋升、福利发放的重要依据。

### 参考文献

- [1]中国社会科学院语言研究所词典编辑室. 现代汉语词典[M]. 北京:商务印书馆,1984:1129.
- [2]顾明远. 教育大词典[M]. 上海:上海教育出版社,1998:1535.
- [3]教育部师范教育司. 中小学教师职业道德修养[M]. 长春:东北师范大学出版社,1999:124.
- [4]金爱晶,王耀光. 青少年运动员早期专业化训练的生理学问题[J]. 体育科学,2000,20(6):29-33.

[责任编辑 江国平]