

基于3C理论模型的运动员-教练员关系质性研究

吴敏¹, 王乐¹, 叶绿²

(1. 大连海洋大学体育部, 辽宁 大连 116023; 2. 华中师范大学体育学院, 湖北 武汉 430079)

摘要:为了探讨运动员-教练员关系的本质, 研究采用 Jowett (2003 年) 所提出的亲密性、共向性和互补性 3 因素模型, 探讨运动员所知觉到的与教练员的关系。采用半结构化访谈的方法获得质性研究的原始数据, 并对运动员的反应进行分析。结果显示: 运动员-教练员关系在运动员发展和成长中起着重要作用。这种关系包括运动员-教练员关系的基本需要、社会关系 (亲密性); 沟通、目标设置 (共向性); 认可和尊重角色 (互补性)。运动员认为和教练员维持好的关系非常重要。结论强调了在个人项目中, 运动员-教练员关系的三种人际因素为亲密性、共向性和互补性, 这种关系对于提高竞技表现起着重要作用。

关键词: 运动员-教练员关系; 3C 理论模型; 亲密性; 共向性; 互补性

中图分类号: G808.1

文献标识码: A

文章编号: 1007-7413(2017)05-0032-05

Qualitative Research on Athlete - Coach Relationships based on 3C Model

WU Min¹, WANG Le¹, YE Lyu²

(1. Physical Education Department, Da Lian Ocean University, Dalian 116023, China;

2. Institute of Physical Education, Central China Normal University, Wuhan, 430079, China)

Abstract: The purpose of this study is to explore the nature of the relationship between athletes and coaches. Based on the three-factor model of closeness, co-orientation, and complementarity proposed by Jowett (2003), this paper discusses the perceived relationship between coaches and athletes. The semi-structured interviews were used to obtain the original data of the qualitative research and to analyze the response of the athletes. The results show that the relationship between athlete and coaches plays an important role in the development and growth of athletes. This relationship includes essential coach-athlete requirements and social relationship, communication, goal setting (co-orientation), as well as acceptance and respect for roles (complementarity). Research has shown that athletes thought it's important to maintain a good relationship with the coaches. The conclusion of this study is that, through content analysis, three interpersonal factors of closeness, co-orientation, and complementarity of the athlete-coach relationship are emphasized in the individual sport. This relationship plays an important role in improving athletic performance.

Key words: coach-athlete relationship; 3C Model; closeness; Co-orientation; complementarity

运动员和教练员关系在竞技运动表现中起着决定性的作用, 也关系到教练员和运动员的心理状态甚至运动员的运动生涯^[1-2]。运动员和教练员之间相互依赖, 具体表现为: 运动员从教练员身上获取知识、能力和经验, 教练员将他们的能力和技能转化为运动员的成功表现。因此, 教练员和运动员发展成为一种合伙性或者职业性的关系, 他们为了实现竞技目标共同努力。除了运动员个人方面, 这种关系对运动员的训练过程和竞技表现也有重要影响作用。已有研究

表明, 教练员与运动员职业和个人关系的质量对运动员的成长和发展产生重大影响^[3] (Jowett, 2003)。在运动员-教练员关系中, 教练员不仅能够提升运动员的竞技表现 (突破个人成绩和获得奖牌等), 也能促进运动员的个人发展和社会适应性 (感到满意, 自我依赖, 有价值等)^[4]。因此, 探讨怎样使运动员-教练员关系更有效、和谐至关重要。

20 世纪 70 年代末期, 运动员-教练员的相互关系引起体育界的注意。早期的大部分研究主要从教

收稿日期: 2017-02-21

基金项目: 国家体育总局重点领域研究项目 (2012B081); 辽宁省教育厅科学研究一般项目 (W201610); 辽宁省社会科学规划基金项目 (L16CTY001); 大连海洋大学校社科联重点课题 (2016xsklzd-29)

第一作者简介: 吴敏 (1985—), 女, 湖北武汉人, 讲师, 博士。研究方向: 体育运动心理学、体育组织人力资源管理。

教练员领导力^[5](Chelladurai等,1978)、教练员行为^[6](Smith等,1977)等方面展开。后来,研究者们提出该领域需要进一步深入的研究,Wylleman^[7](2000)提出,由于各种原因,缺乏运动员-教练员的实证研究。Nitsch和Hackfort^[8](1984)所提出的社会关系模型为运动员-教练员关系的研究提供了理论参考。根据该模型,成员之间的关系是以策划性和工具性为基础。策划性方面是指在相互作用的过程中相互认同和接受的目标和目的,工具性方面是指当相互作用产生的情况下的相互认同和接受。Seiler^[9]等人(1999)运用这一概念调查了运动员和教练员之间的社会关系,采访15名女性运动员和他们各自的教练员,结果显示社会关系涵盖策划性和工具性两个方面。目标和条件的相互认同和接受是教练员-运动员关系的重要组成部分。

为了描述教练员-运动员关系,运动心理学已经论证了许多概念模型。例如,Peczwardowski与Barott^[10]等人提出了教练员-运动员关系的概念包括三个主要部分,有益(教育)成分与任务表现有关,社会心理成分与情感、认知方面有关,行为和精神成分与教练员、运动员对于彼此关系的信念有关。另外一个概念模型由Jowett等人提出,认为这种关系是描述认知、情感和行为彼此无意的相互发生联系时的一种情境。相应的,教练员和运动员的情感、认知和行为通过亲密性、相互性和互补性三个维度来测量。本研究采用Jowett等人提出的亲密性、共向性和互补性三因素模型,采用质性研究探讨优秀游泳运动员与其教练员的关系,并进一步论证这种关系类型的准确性。

1 研究对象与方法

1.1 研究对象

在本项研究中,对于运动员-教练员关系,只有运动员被邀请参与研究,5名国家队游泳运动员应邀参与本研究。平均年龄是26.4岁($SD = 5.0$),平均运动年限为16.4年。

1.2 研究方法

1.2.1 访谈提纲

根据Jowett(2000)研究的访谈提纲,制定了本研究的访谈内容,该访谈提纲由57个开放性问题组成。

导入部分由10个问题组成,包括人口学属性和一些关于训练时间、训练年限之类的信息。访谈主要分成3个部分,亲密性部分包括14个问题:如“你认为什么样的特殊感觉有助于你和教练员的关系”;共向性部分包括18个问题,如“谁决定竞赛目标”;互补性部分包含15个问题,如“你的教练会听你的想法或建议并按你的想法或建议执行吗”等。

1.2.2 访谈程序

访谈是利用运动员周末休息的时间,在运动员公寓里进行,每次访谈大约持续90分钟。首先访谈者会告知被试者研究的目的,这个研究是为了调查运动员和教练员关系的本质,并告知所有被试者访谈过程将被录音和转录。

1.3 数据分析

经过对录音的逐字转录后,进行质性内容分析。将运动员的反应以单一的主题分成短语或陈述。所获得的原始数据单元被分到亲密性、共向性和互补性三个主要领域之中。随后,通过演绎和归纳内容分析的方法,运用质性研究方法将原始数据单元分成二级领域和主题。89%的原始数据单元被归类到三个主要领域,而剩余的11%不属于任何一个领域,因此被排除。

2 研究结果

2.1 亲密性

通过询问运动员和教练员关系的情感方面的14个问题。结果发现,运动员-教练员亲密性因素分基本需要和社会关系2个次级领域和7个主题。表1中列出通过原始数据发现的这些主题。

结果显示,每个运动员都认为与教练员建立情感关系是十分重要的。这种亲密类型让运动员有一种和另一个人熟悉的感觉,并促使运动员更好地发展。例如,运动员表述:“当我们相互了解时,我们能共同进步……”“建立在相互尊重、理解基础上的关系才是良好的关系,这种关系可以促进运动员的发展……”。所有的运动员定义与教练员的关系时,使用“非常亲密的关系”来形容,这种亲密性以不同类型的感觉为特征。

表 1 与亲密性相关的原始数据单元举例

亲密性的次级领域	主题	举例
运动员- 教练员的 基本需要	尊重	我尊重他的决定,并且我也尊重他本人
	尊敬	尊敬和你一起工作的人非常重要
	钦佩、赞赏	他很伟大,当想到他为我们所做的一切时,我真的钦佩他
	感激、欣赏	我真的欣赏他的态度和他处理事情的方式
	职业性关系	从一开始我们的关系主要是职业性的关系
社会关系	友谊	除了是我的教练,他也成为了我的朋友
	喜爱	我们相互之间感觉到一种爱,它超过了友谊

2.1.1 运动员-教练员基本需要

研究认为,运动员的感受对于教练员-运动员关系的发展起着重要的作用,当两个人一起工作过一定时间后,这种感情成为突出的部分。运动员认为他们所提到的尊重、价值、钦佩和关注的感受是形成良好关系的本质需要。例如,一名队员说“我既尊重对我的激励,也尊重他的工作和承诺,所以对他所做的所有事情都充满钦佩,尽管他有自己的家庭,他却投入大量的时间给我们,积极的感情对于我们的关系至关重要。”

运动员也强调认真对待教练员-运动员关系,它的主要目的在于提高表现并做到最好。一名运动员陈述:“我们的关系是一种职业性的关系。”然而,这种关系又不仅仅只停留在职业层面。事实上,运动员以一种职业性和朋友关系的结合来界定和教练员的关系。下一层次分类显示了运动员与教练员发展社会关系的重要作用。

2.1.2 社会关系

运动员-教练员亲密性方面的社会关系十分明确,在次级领域中包括友谊和喜爱。尽管积极情感对于发展这种关系的有效性没有很大影响,但对于建立这种关系却有着重要影响。其中,一名运动员提到:“起初,我们只是一起训练,一起工作,然后我们成为了朋友。”这个表达不仅表明运动员所体验的感受,也表达了与教练员关系的发展。甚至运动员体验到强烈的“喜爱”的感觉,“我认为我们的关系不仅仅只是简单的教练员-运动员关系,不仅仅只是职业性的关系,而是一种友谊,某种意义上来说,我喜欢他,我把他当做家庭成员来看待。”总之,运动员认为社会关系是运动员-教练员关系中的重要部分。

2.2 共向性

通过对运动员 18 个问题的反馈进行内容分析,形成了共向性的 2 个次级领域:沟通 and 设定目标以及细分的 6 个主题(见表 2)。

表 2 与共向性相关的原始数据单元举例

共向性的次级领域	主题	举例
沟通	技术交流或指导	你必须把手伸直,你才能游得更快,并且及时换气
	沟通技能	使我消除我对实现目标的疑虑
	口头交流	我们谈论所有事情,不仅仅是游泳
	解决问题	当我面临一个问题时,我们一起讨论,大部分时候,他帮我解决
设定目标	共同目标	你们必须有同样的目标,否则不可能共同进步
	尊重目标设定	有时,我会根据我的身体状况和我喜欢的方式调整它们,但是我始终铭记我们共同努力的目标

2.2.1 沟通

运动员和教练员之间的理想关系中,运动员强调教练员的人际沟通技能。因此,理想型的教练员能够倾听运动员的想法,理解他们并认识到他们的需要,也能够以一种有效的方式引导,支持和指导他们。因此,这个次级领域由技术交流或指导,沟通技能,口头交流和问题协议等主题构成。

技术方面的建议非常重要,例如关于如何纠正游泳动作的指导,但它似乎并不是两者关系中最重要成分。例如,一位运动员指出:“教练员拥有良好的运动知识很重要,但当我们在这些方面熟练时,我们真正需要的是他应该具备的社会技能。”

口头交流和对话对于提高成绩起到决定性作用。交流的内容部分是关于游泳活动,如训练计划、技术建议和饮食需要等,但也涉及到更多个人的讨论。口头交流首要的是了解对方的需要。例如,其中一名运动员说:“我们经常一起讨论事情,这种对话对我而言似乎是绝对重要的。没有交流的关系不是一种关系,就像和你自己的女朋友或家人交流一样,交换彼此的意见非常重要。同时,让你了解另一个人并从他的知识中受益。”所有的运动员都认为开放的沟通渠道是和另一个人有效工作并取得成果的一种方法。运动员没有真正了解教练并背道而驰是不可能建立一种良好关系的。一位运动员说:“当我们很好地了解彼此时,我们工作得更好,毕竟我们知道我们自己的需要并能更好地满足他们,这使得我们彼此受益更多。”

解决问题也是沟通的一个重要方面。和教练沟通交流致力于问题的解决是重要的。总的来说,运动员声称每当在某个问题上存在分歧时,他们会和教练员进行讨论。然后,他们找到共同点,如果没有找到,每个人还是保留他们最初的观点。“当存在问题时,我们总是寻找解决方法,一种适合我们两人的解决方法,否则我们会放弃并且每个人坚持他们各自的观点。”

2.2.2 设定目标

据运动员所说,运动员获得成功与设定共同目标的过程存在正向相关关系,因此,运动员决定在年度目标上与教练员达成一致,但是最后的决定似乎总是在运动员的手中。例如,运动员说:“我们一起设定目标,和我的教练在选择目标上保持一致非常重要。”运动员表明,他们总是坚守与教练一起制定的目标,目的在于形成满足彼此的共同点。从运动员的反映可以看出,坚守最初的目标并且坚持去实现他们非常重要,长期目标同样非常重要。另一方面,短期目标似乎经常需要调整 and 改变。例如,一名运动员说:“有时我稍许改变我被交代的任务,但我尽力去坚守我们设定的目标,我认为服从我们共同的决定非常重要。”

2.3 互补性

通过 15 个问题,得到运动员对于互补性维度的相关反馈,通过内容分析发现相互接受、角色尊重 2 个次级领域和 4 个主题(见表 3)。

表 3 与互补性相关的原始数据单元举例

互补性的次级领域	主题	举 例
接受	看到积极面	你必须看到另一个人的积极面,我们都有缺点,但我们也有各自的优点
	利用差异性	每个人都是不同的,你必须知道如何利用这些差异性
角色尊重	承担责任	每个人对他所进行的任务负责
	完成任务	游泳运动员完成他角色需要的任务

2.3.1 接受

据运动员所说,相互接受最重要的部分是个人品质的好坏。运动员强调关注积极面可以促进更好的关系发展。一名运动员称:“有些事情我无法忍受他,如他缺乏组织性,但这又是他喜欢做的,你不得不去接受……他没有组织性但是也有积极的一面:他是一个乐于改变而灵活的人,我认为他从容的态度赋予

他这种灵活性。”
运动员提到不同的教练员对于教练员-运动员关系是积极的成分。他们之间的差异被认为是两者关系进步和发展的一个有利因素。例如,教练员由于他的职位而具有权威性,然而运动员的服从让他们以一种合作的方式来扮演他们的角色而不是竞争的角色。因此,每个成员通过他们不同的角色对于他们之间的

关系发展都有一定的价值。运动员和教练员以一种协调和相互接受的方式处理他们之间的差异对于个人的成长十分重要。“每个新鲜或不同的事物应该被认为是一种潜在资源:当我们去顾及不同于我们的人时,我们能学到新的东西”。

2.3.2 角色的尊重

运动员一直强调尊重相互的角色是促使关系提升的重要因素。然而,涉及影响运动员和运动员的动态关系管理时,运动员认为,教练员要为实施的训练计划做好准备并给予建议,但由运动员来做决定。运动员表明,教练员给予他们权利来决定哪些对他们有益,哪些对他们不利。以下例子能说明它们各自的角色,“领导……在水池之外,他有那种权力……他是教练,他只是负责指派我们不得不完成的任务。但是运动员是相当自由地去选择。他们对自己选择负责,因为他们的表现,他们知道该如何使自己努力,而不是教练的。”显而易见的是,运动员不隐瞒他们会不按教练员的要求来做一些事,但是,他们对教练员角色的尊敬是至高无上的。运动员很清楚他们承担各自的责任。“尊重运动员的角色也意味着遵守我们被要求做的事,如教练要求我们做一个练习,这个练习和我脑中的特殊目标相联系,并且能改善我的表现”。总体来说,运动员对运动员和教练员的角色做了很明确的区分。“我是运动员,他是教练,我们听从他并完成他要求我们做的事。”

3 讨论与结论

本研究的主要目的是为了探讨运动员所认为的运动员-教练员关系的特性。在亲密性、共向性和互补性 3 因素模型的引导下,内容分析揭示了运动员-教练员关系的本质。亲密性代表连接成员关系的积极情感,根据运动员所描述的,这些情感是构成这种关系的主要基础,特别是在运动员遭受压力的竞技比赛中。共向性结构描绘的是建立一种共同感的需要,沟通被认为是发展共同感的一个工具,还包括口头交流技术和个人问题、决定和目标设定等^[11]。接受采访的运动员认为教练员的沟通技能在发展密切关系中至关重要。互补性是接受对方的角色、任务和责任的能力,不同的角色、任务和个人品质被认为是促进竞技成功和发展的重要因素^[12]。

需要特别指出的是,本研究的被试已经接受同一

个教练的指导许多年,这就意味着,运动员已经很了解他们的教练,感激教练员的努力并尊重他们的想法。在描述他们之间的情感时,有些运动员认为他们之间的关系超过了友谊,以往的研究^[13] (Sarason, 1990)也提出情感亲密是运动员-教练员关系中的重要组成部分。因此,建立在强烈的尊重、自尊和钦佩情感上的关系非常重要,因为它能在运动员的成长过程中起着重要影响作用。而 Jowett 等人^[14]的研究却发现,不止一个运动员谈到消极的亲密性或缺乏亲密性问题。运动员指出,运动员-教练员关系必须是积极的、有价值的,如果不是这样,最好的选择是换另一个教练。根据被采访的队员所说,在运动员-教练员关系中,消极的因素没有容身之处。尽管如此,他们会考虑他们不得不去面对他们关系起伏的可能性。

总之,运动员-教练员关系中帶有一种强烈的情感纽带,教练员关系运动员的福利、兴趣、爱好和需要^[15] (Jowett, 2005)。结果显示,社会关系或人类关系是运动员-教练员关系中一个重要的方面,因为它能提升职业关系,如与竞技成绩提高的关系部分,这与李欣^[16] (2007)等人的研究结果相一致。最后,如刚彦^[17] (2006)等人认为,中国的文化情境下,教练员-运动员关系呈现一种典型的家长式领导关系,所以在对 3C 理论进行本土化改造时,可以考虑加入家长式领导的有关内容。

参考文献

- [1] 王进,高乃春,赵臣.我国“教练员-运动员关系”研究走势:一个理论的探寻[J].体育科学,2008,28(4):3-10.
- [2] 郭修金,胡守钧.我国“教练员-运动员关系”研究述评与展望[J].上海体育学院学报,2011,35(5):77-80.
- [3] JOWETT, S. . When the ‘honeymoon’ is over: A case study of a coach-athlete dyad in crisis [J]. The Sport Psychologist, 2003, 17(4): 444-460.
- [4] 解欣.我国“教练员运动员关系”理论研究:历程回溯与体系构建[J].南京体育学院学报(社会科学版),2016,30(2):117-122.
- [5] CHELLADURAI, P. , SALEH, S. D. Preferred leadership in sport[J]. Canadian Journal of Applied Sport Science, 1978, 23(3):85-97.
- [6] SMITH, R. E. , SMOLL, F. L. , HUNT, E. A system for the behavioural assessment of athletic coaches[J]. Research Quarterly, 1977, 48(4):401-407.

(下转第 43 页)

- OL]. [2015-10-25] (2017-01-22). <http://www.sport.gov.cn/n16/n1077/n297454/2662625.html>.
- [5] 姚娟, 张鲲, 林华. 我国竞技体育社会服务功能与公共服务的关系研究[J]. 体育学刊, 2014(10): 57-62.
- [6] 卢文云, 陈娟, 戴健. 构建公共体育服务体系焉能没有竞技体育[J]. 上海体育学院学报, 2014, 38(6): 20-24.
- [7] 汤国杰. 新型城市化演进中城乡体育公共服务均等化研究[J]. 浙江体育科学, 2014, 36(2): 1-4.
- [8] 刘亮. 我国体育公共服务均等化的理论模型与实证分析[J]. 体育科学, 2013, 33(1): 10-16.
- [9] 戴健, 郑家鲲. 我国公共体育服务体系研究述评[J]. 上海体育学院学报, 2013, 37(1): 1-8.
- [10] 易剑东. 中国体育公共服务研究[J]. 体育学刊, 2012, 19(2): 1-10.
- [11] 刘玉. 体育公共服务市场化改革——发达国家经验及借鉴[J]. 北京体育大学学报, 2012(11): 6-10.
- [12] 范宏伟, 权杉, 董玉峰. 中国体育体制改革的理论基点分析[J]. 北京体育大学学报, 2008(10): 1312-1314.
- [13] 韩晓东, 韩军. 我国体育体制改革的全球化趋势及面临的挑战[J]. 体育文化导刊, 2007(12): 5-6.
- [14] 李定忠, 王进. 论我国体育体制改革[J]. 体育研究与教育, 2006, 21(3): 9-11.
- [15] 罗华敏, 李艳翎. 转型时期我国体育体制改革的成本[J]. 体育学刊, 2005, 12(3): 10-12.
- [16] 俞琳, 曹可强. 国外体育公共服务供给的发展趋势及启示[J]. 体育学刊, 2011, 18(3): 41-43.
- [17] 李建国. 体育强国的基础——体育公共服务体系建设[J]. 体育科研, 2009, 30(4): 15-18.
- [18] 戴健. 中国公共体育服务发展报告[M]. 北京: 社会科学文献出版社, 2013: 25, 47, 89-95.
- [19] 卢文云, 陈娟, 戴健. 我国竞技体育公共服务体系构建研究[J]. 北京体育大学学报, 2015(7): 8-18.
- [20] 邵凯, 董传升. 全民健身国家战略背景下竞技体育社会价值新论——试论竞技体育的公共价值[J]. 山东体育学院学报, 2015(1): 8-13.

[责任编辑 魏 宁]

(上接第36页)

- [7] WYLLEMAN, P. Interpersonal relationship in sport: Uncharted territory in sport psychology research[J]. International Journal of Sport Psychology, 2000, 31(7): 55-572.
- [8] NITSCH, J. R., HACKFORTH, D. . Basis regulation of interpersonal actions in sport[M]. In E. Hahn, & H. Rieder (Eds.), Sensory motor learning and research in sport games. Köln: bps-Verlag, 1984: 148-166
- [9] SEILER, R., KEVESLIGETI, C., VALLEY, E. Coaches and female athletes. The basis of interaction Motricidade humana [J]. Portuguese Journal of Human Performance Studies, 1999, 12(4): 67-76.
- [10] POCZWARDOWSKI, A., BAROTT, J. E., HENSCHEN, K. P. The athlete and coach: Their relationship and its meaning. Results of an interpretative study[J]. International Journal of Sport Psychology, 2002, 33(8): 116-140.
- [11] 姜世波, 彭蕴琪. 教练员对运动员的注意义务探微[J]. 南京体育学院学报(社会科学版), 2015, 29(6): 1-8.
- [12] 刘鸿优, 易清, 康辉. 高水平足球运动员比赛表现标准化档案的创建[J]. 南京体育学院学报(社会科学版), 2015, 29(1): 120-123.
- [13] SARASON, I. G., SARASON, B. R., PIERCE, G. R. Social support, personality and performance[J]. Journal of Applied Sport Psychology, 1990, 21(2): 117-127.
- [14] JOWETT, S., COCKERILL, I. M. Olympic medallists' perspective of the athlete-coach relationship[J]. Psychology of Sport and Exercise, 2003, 25(4): 313-331.
- [15] JOWETT, S. On enhancing and repairing the coach-athlete relationship. In S. Jowett, & M. V. Jones [M]. Psychology of sport coaching. Sport and exercise psychology division Leicester: The British Psychological Society, 2005: 14-26.
- [16] 李欣, 王斌, 马红宇, 等. 教练员与运动员之间和谐个性关系形成的实验研究[J]. 山东体育学院学报, 2007, 23(5): 69-71.
- [17] 姒刚彦, 李庆珠, 刘皓. 当代体育运动心理学跨文化研究述评[J]. 心理学报, 2006, 38(3): 468-474.

[责任编辑 江国平]