46428
國立台灣體育學院圖書館剪輯資料
分類 體育評論 來源 民生報 日期 771114 版面 三版

體育大國隱憂

開放政策下 遇到了瓶頸

文：陳怡芬
圖：本報獨家使用全運照片

●「每當我們的國家代表隊勝利時，全國的生產力就會提高，這不是玩笑，是事實。」一位蘇聯體委會的職員說。

可惜，蘇聯體委會的人發覺，目前蘇聯的體育發展已開始遇到瓶頸；尤其比起緊緊相逼的東德，更顯得百病叢生，急需改進，而戈巴契夫領導的開放政策，更已影響及體育發展。

蘇聯體育新聞的甘斯金談起素為各國視為蘇聯最拿手的「發掘年輕運動員」制度，便認為蘇聯在這方面已然落後。甘斯金說：「我們的發掘運動員方式實在太差了！舉例來說，我們全國練冬季兩項（越野滑雪射擊）的運動員有二十萬人，而東德只有十二人。但結果，在冬季奧運上，他們在此項目拿了兩面金牌，我們只拿了一面。很顯然，我們在選才適教上，差了他們一大截。」

除此之外，蘇聯體育發展面臨的另一問題是，運動員們發現苦練之後，並未得到當初預期的生活改善，尤其年華老去，自運動場上退下來後，生活沒有保障，更使許多年輕運動員開始重新考慮未來。其實，這些問題原本就存在，只是現在蘇聯開放政策下，新聞媒體才開始揭露更多明星運動員的生活真相。最近，蘇聯報紙曾報導一些昔日的運動明星死於酒精中毒，或如今找不到工作，竟淪為墳場掘墓人。

蘇聯奧委會的新聞官員艾沙葉夫也承認：「運動其實並不一定帶來健康，事實上，運動有時反而損害健康，許多當年經歷激烈運動比賽的選手，如今都殘廢了！」

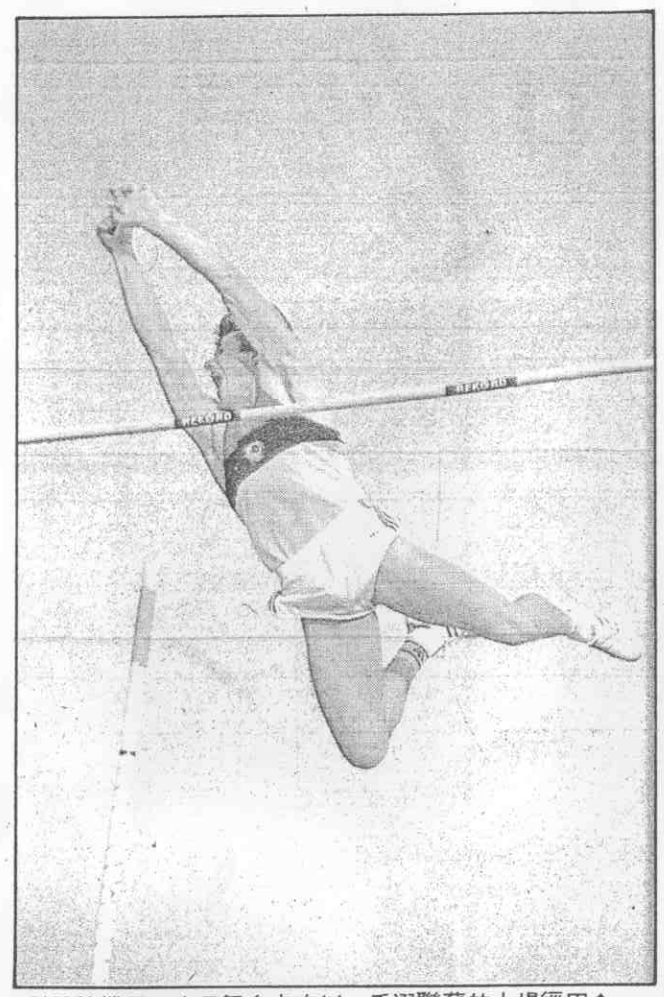
這些新聞出現後，已使蘇聯人意識到運動員勝利後面的隱憂。而另一方面，一向被認為運動員只要一朝成名，便可財源滾滾，生活優渥，也被發現並不盡然。以今年漢城奧運撐竿跳金牌得主的巴布卡為例，他算是今天蘇聯最頂尖、最出名的運動員了，但他每月只能領到三百盧布（約合美金四百八十元），在國外參賽所得，經過層層剝扣，他本人只能得到百分之十左右。但算起來，他的收入尚比不上一名蘇聯新聞記者。

艾沙葉夫說：「很多蘇聯教練都告訴選手，『今天努力訓練，明天你就可以分配到好公寓，好車子』，但那並不完全是真的。」

在西方各國紛紛以「獎金賞下出金牌」戰略下，蘇聯也不得不開始提高運動員待遇，以免落於人後。根據蘇聯新聞報導，在漢城拿到金牌的蘇聯選手，可得到一萬二千盧布（約合美金一萬九千元）。另一方面，蘇聯也訂定了運動員退休制度，凡是在同一單項運動協會中服務達二十年以上，便可領到一筆退休金。

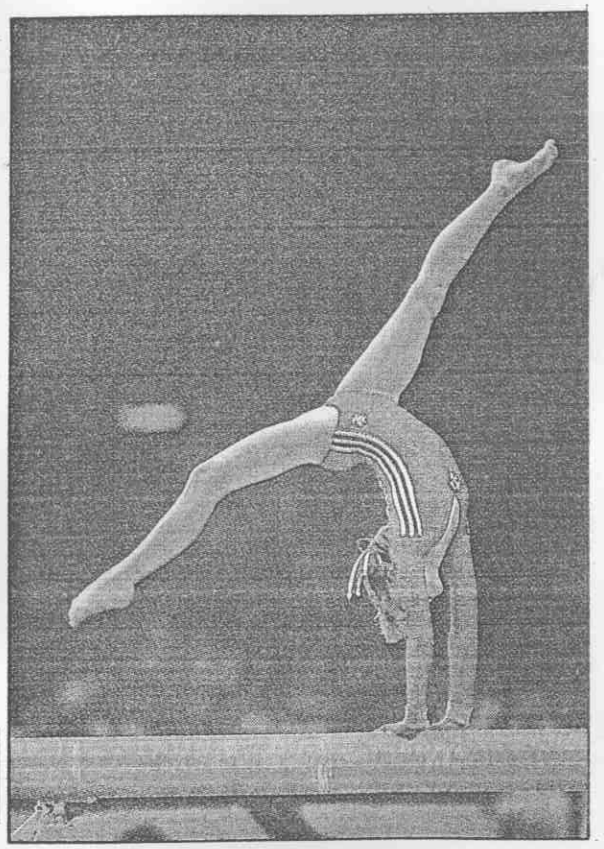
開放政策雖使新聞媒體揭發了運動明星生活悲慘的一面，而對體育發展有負面影響，但另一方面，寫稿者得以用更人性化的角度去描寫運動員，卻也引起更多人對運動的興趣，進而帶起了蘇聯人的全民運動興趣。

蘇聯各單項體協也因為開放政策，而產生了較活潑的方式，能各自去推動，像冰上競速和舉重等單項協會，現在可以由選手投票選擇教練，便是一個很大的改變。而全國性的體育競賽，也因主辦單位變化花招，新聞媒體又活潑報導，而較以往有聲有色得多。



▲田徑場上的蘇聯選手，以布卡名氣最大，是撐竿跳的世界紀錄保持人。

▲蘇聯的體操運動是世界強權之一，這屆漢城奧運除了包辦男、女團體冠軍，個人競賽也摘下九面金牌。





▲滑冰，是蘇聯角逐冬運的強項之一，個中尤以雙人花式滑冰或冰上舞蹈最擅勝場。

冷面煞星！

用腦去贏 不動感情

●蘇聯運動員出現在比賽場合時，最大的共同特徵，似乎就是鎮定得近乎冷漠，但又面面金牌手到擒來，令他國選手又妒又羨。

對於他們這種「冷面煞星」的形象，蘇聯的運動教練們一致認為，那是因為他們一向鼓勵、訓練運動員，用腦去贏，不是用感情去贏！

所謂用腦去贏，不只是指戰略或臨場應變，更重要的是，用腦子去控制或利用自己的情緒，把它轉成有利於比賽的力量。

一名曾擔任蘇聯奧運代表團隨隊心理醫師的雷波特醫師說：「我們的方法是，如果命運扔給你一顆酸檸檬，那就去把它榨成一杯檸檬汁。」

雷波特醫師在一九七七年投誠美國；他在觀察了兩大強國的運動員心理建設後，一針見血地指出：美國人太重感情，卻不懂得利用感情贏取勝利。他特別舉出去年冬運中美國

禁藥

蘇聯到處 低層教練

●蘇聯運動員在這一屆的奧運中，雖然完全沒有被是，蘇聯一名奧會官員承認，事實上，像類固醇這類很容易買到的。

這位曾代表蘇聯得過七面奧運體操獎牌的官員提有些教練甚至提供禁藥給運動員使用。他說：「我們是文盲，他們完全不知道使用禁藥會對健康有害。當是明知故犯，因為他們希望用最少的力量，達到最好

不過，提托夫認為，這種使用禁藥的情形，主要是動中，在那一階層，教練的收入是依選手的表現而不擇手段。

目前，蘇聯正積極制定新法，嚴懲使用禁藥者，勾動員終生禁賽，以及徵治開出禁藥藥方的醫師等。

一名專門研究蘇聯體育活動的美國教授則指出，蘇況的確已在減少，不過，原因是蘇聯人發現類固醇卻無法增加爆發力，所以才棄之而去。這名教授表示他們一度大量使用類固醇，但現在只有那些想進國用，頂尖好手們卻都避之唯恐不及！

體育訓練制度

這種運動發展的制度，一直是成績輝煌的主因。

●系統方式，挖掘運動人才，蘇聯以科學化的方法，自小發掘運動人才，系統化培訓的發展運動制度，一直是被公認為蘇聯運動成績輝煌的主因，但也正是最受西方人詬病的制度。

在自由世界的人認為，蘇聯人將小小年紀的「小運動員」，強制帶離家庭，送到體育學校中接受訓練，是種不人道的方法，不足為式。

但是，蘇聯主管選取體育人才機構的鮑烏爾卻說：「在今日的體育環境中，根本不可能強迫某人去做什麼事。」而曾任蘇聯奧運隨隊心理醫師的雷波特也說：「其實，蘇聯從未強迫那些小孩去受體育訓練，他們只是不斷告訴那些小孩『你應該去受訓，這樣對你較好』。」

蘇聯目前的體育訓練制度如下：

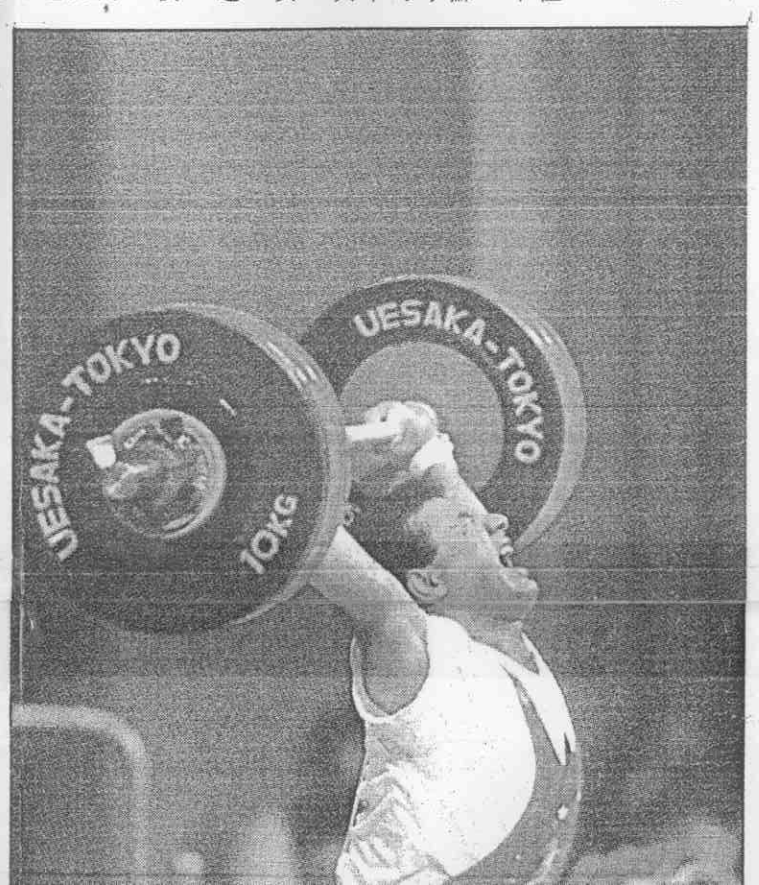
①初級的運動學校，相當於美國的課外運動營，全國約有九千所這樣的學校，蘇聯小孩在十五歲

②各項運動選自六歲便開始選在十三歲以後才

③每年約有十學校中挑選出來

④「奧運儲備的訓練營中。這方。

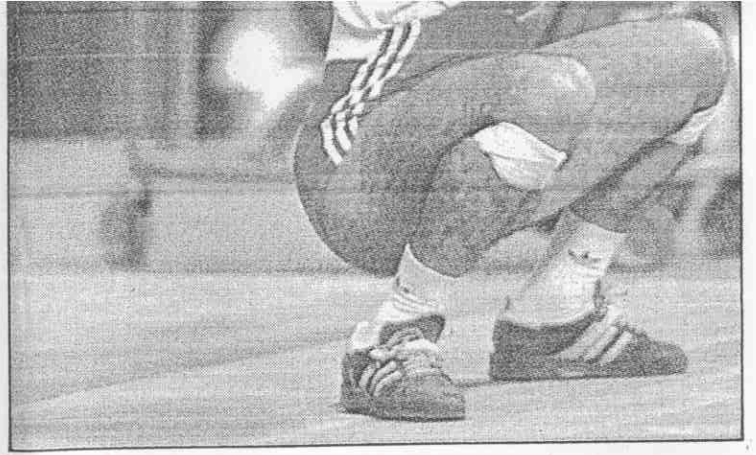
這個選拔程布（約合八十某



四級化

定被公認為蘇聯運動

，參加人數在五百萬人左右。大約百分之十二的蘇
歲之前都會參加這種學校。
選取運動員約是在九至十歲時開始。體操選手較早，
選拔、訓練。舉重、帆船、馬術、射擊和自由車則
才選拔。
十萬名十五歲的青少年，會被由五百萬名初級運動
來，繼續加入「奧運儲備學校」中受訓。
備學校」中的頂尖好手，再被送到稱為「名家學校」
這個「名家學校」便是訓練國家代表隊候選人的地
序，需動用約十二萬名教練，每年花費五十萬盧
萬美金）。



▲蘇聯出產「大力士」，今年參加奧運共拿到八面重舉獎牌。

運用尖端科技 增進選手成績

●蘇聯人運用最尖端的科技，幫助運動員增進成績，已是眾所週知的，他們最近發展出來的高科技技術包括：

▲利用針灸的原理，使用雷射光束刺激運動員的耳垂神經。這比用針更精準有效。

▲將氧氣泡打入運動員的皮下。這些氣泡會逐漸被血液吸收，因而增強血液中的氧含量。有時，他們亦特別配製所謂的「加氧雞尾酒」，供運動員飲用，以達到相同的目的。

▲以高頻率電能製造出人工氣流，運動員置身其中，醫師能夠藉此評估他們體內器官的健康情況。

▲在一般人常用的渦旋浴池（Jacvzzi）中，加入松針，並由訓練員在旁調節水溫，交替以冷熱水衝擊，以使運動員達到完全的鬆懈。

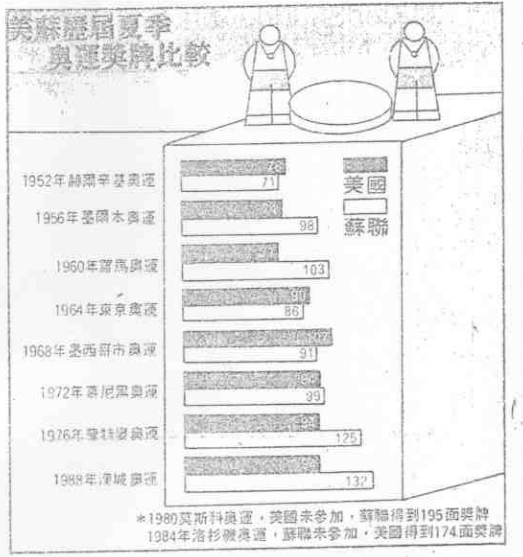
▲利用氣壓壓穴，以治療運動員的肌肉疲痛，氣壓先昇高至海平面以上，再壓低至海平面以下。

一定會指派心理學家，全天和詹生在一起，不斷告訴他：「你得為死去的姐姐爭一口氣；你得想像她就站在終點線上等著你！」

雷波特醫師更進一步地指出，在重要的比賽中，美國人總會有一堆啦啦隊在鼓舞運動員，而蘇聯隊卻是有一群隨隊心理醫師在教運動員控制情緒。以這次的漢城奧運為例，美國隊全隊只有一名自願的心理醫師，而蘇聯隊卻隨隊帶了八名以上的專業心理醫師。

蘇聯從一九二〇年代，便已發展出一套號稱為「巔峰表現技術」的運動心理建設方法，其中包括心情自選法、思想控制法、自我催眠鬆懈法等等，這套方法流傳甚廣，但美國人卻始終無法接受。「蘇聯體育訓練祕訣」一書的作者葉西斯並指出，蘇聯還建立了一套方法，有系統地研究失敗運動員的心理，以便在選擇堪訓練的年輕運動員時，可以避免選到體能一流，卻具有「失敗者性格」的運動員，而徒勞栽培。

在現代的運動比賽中，每個頂尖運動員的實力幾乎都不相上下，勝負的關鍵，往往在心理上，而不是體能上。蘇聯人的「用腦去贏」，似乎便是他們奪金牌的祕訣！

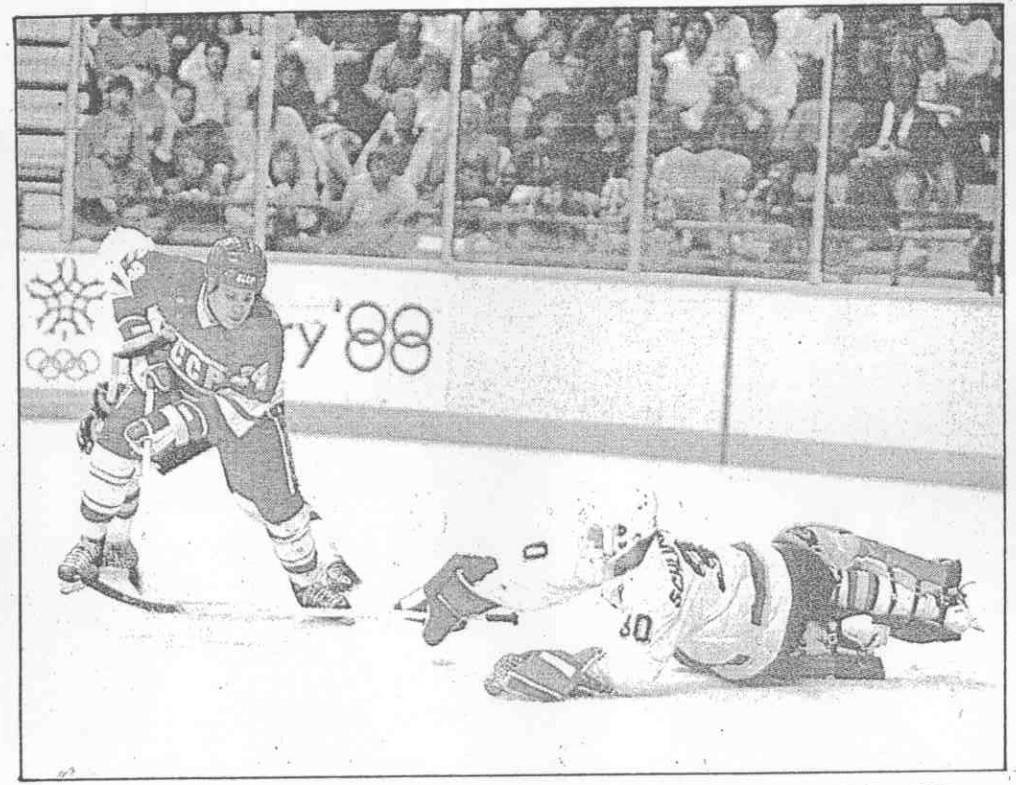


買得到 才用它

目前，蘇聯全民運動的發展阻礙，則在於運動設施不足，經費不夠。但是，蘇聯卻似乎能夠克服這項困難，屹立體壇，祕訣究竟在那裡？

一敗塗地。而美國人莫不對他寄予無限的同情，毫無苛責之意。

但是，雷波特醫師說，這若是發生在蘇聯隊中，蘇聯人的處理方式絕對不會是這樣。他說：「強烈的感情震撼，對運動員的表現都有負面的影響，因此，我們一定會想法將它轉化為力量。」他認為，若在那種情況時，蘇聯隊



▲驃悍的蘇聯冰球選手（著衣紅穿）在一九八九年八月加拿大亞冬運贏得冠軍，克不無攻。

冰上競速選手詹生的事件為例，來說明這種差別。

詹生在冬運出賽的當天，得知他感情甚篤的姐姐不幸逝世，悲不自勝。當時，美國隊的教練和選手一致同意，讓出一間房間給他，讓他獨自靜靜地悲思。對美國人而言，他們認為這是最好、最體貼的方式。

結果，詹生雖在賽前被一致看好，至出場時卻因情緒低落，在當天的五百公尺和稍後的一千公尺冰上競速中，都未發揮水準，