

國立台灣體育學院圖書館剪輯資料

分類 射箭 來源 民生報 日期 90.4.28 版面 B4

焦點企劃

心理輔導 箭在弦上

意外發生後協助選手恢復自尊、自信 幫助大家走出陰影

記者王麗珠／專題報導

●中運會射箭賽意外遭射傷的許淳瑛的復原狀況不錯，她沒有失去繼續射箭的信念，反而還擔心著那位大葉國中的羅同學不敢再射箭了。

這兩天，在各式的射箭網站上，許多人呼籲要正視意外事件後的心理輔導。意外已經發生了，傷害已造成，未來的路還很長遠，良好的輔導，能夠讓大家堅強的重新站起來。

教練袁萬里剛好認識兩位選手，兩人都屬活潑外向型，比內向的人容易輔導。他對許淳瑛的心理復健持樂觀態度。

輔導者可以引導學生講出當時的情景，找出她怕面對的事，讓她把哀傷焦慮的心情說出來，放鬆心情，放鬆肌肉，勇敢的面對問題。輔導者從旁開導，協助她走出陰影。

袁萬里建議，選手的思想活動要做長期觀察，因為在意外事件後，選手的自尊、自信都受到影響，此時，一定要加強理智的提升、道德是非判斷，情緒方面也要仔細觀察，這方面許淳瑛可能

有障礙，因為她的腦部受傷，語言及行動能力的控制會稍弱，情緒可能時高時低。此時，生物回饋訓練是一個可以採行的輔導方式，協助選手用自己的思想，控制自己的身體肌肉和行動。

中華隊教練邱炳坤認為，大家多用點心，賽前準備周延，出了事之後的盡心輔導、關懷，都能帮助大家早日走出陰影。

此刻，許淳瑛受到較多的關注，然而，嘉義那方面充滿了愧疚自責，不僅有人擔心羅同學此後不再敢射箭，也擔心嘉義才剛恢復的射箭訓練，又要中斷了。

圈內人都知道，大葉國中這位義務指導的教練，十幾年前曾訓練出國內著名的女射手賴芳美、劉碧瑜，她們稱霸箭壇十年之久，劉碧瑜至今仍是國手榜上的熱門人物。但是嘉義已多年無人重視射箭，沒有學校願意成軍，後繼無人。老教頭好不容易有了新發展，很盡心的訓練新人，殊料，發生了射箭史上最大的意外。

自從中學運動會設置射箭項目，五年來許多學校都有了成立射箭隊的動機，人數激增，但是素

質仍不整齊。好在近年來從體育科系畢業的射箭專長學生到各校去服務，從事扎根的工作，但是，仍有更多的射箭大專生，畢業後並未學以致用。協會在這方面也應加強調查及協助分發，才不致浪費資源。

