

國立台灣體育學院圖書館剪輯資料

分類 五 運來源 民生報日期 790830版面 三版

選手面臨“信心危機”

有的心存僥倖，有的無法承受壓力，在提升戰力的同時，對選手加強心理建設也相當重要。

●運動競技的勝負，取決於技術及精神戰力的總和多寡，光憑其中一項均難應對激烈的競爭，因此從事競技訓練或實施戰力評估，兩者均須兼顧。

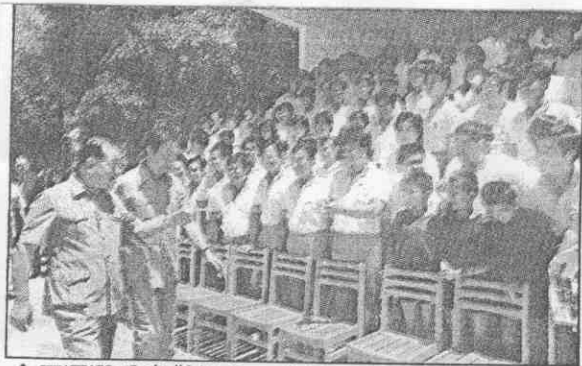
中華代表隊為進軍北京亞運，從78年2月1日開始第1階段培訓，迄今僅剩18天即將出征，根據全國體總統計，過去一年半集訓期間，各單項集訓隊參加國際賽會，共獲冠軍（金牌）10項次、亞軍（銀牌）20項次、第3名（銅牌）35項次，顯示訓練績效確有增長。

教育部、體總等有關單位、人員南下左營訪視，也認為各單項代表隊操兵嚴謹、按部就班，多數教練及選手亦自認技術及體能、團隊默契等技術戰力進步不少，僅少數隊伍、人員訓練過程不順利，實力提升幅度較不明顯。

整體而言，技術戰力與日俱增，但根據記者於左訓中心訪問教練及選手結果顯示，求勝慾望、自信心等精神戰力亟待充實，尤其是教練多存有抽籤碰運氣的心態，選手多半沒有把握能於亞運演出最佳水準，與技術戰力提升的現況形成反比的怪現象。

國內、外多項研究文獻指出，高水準的運動員具有較明顯的成就取向、自信心、競爭性等人格特質，反之則成績較差、表現較不穩定。

記者隨機抽樣訪問在左訓中心集訓的14支代表隊教練、選手，發現如籃球、柔道隊希望抽到好籤避開勁敵，認為如此才能達到預期奪牌目標，不僅教練作此打算，選手心態及鬥志也受到影響，無形中衍生出莫須有的心理壓力，



↑亞運選手辛勤操兵，尤須國人關懷與支持。
↓勤練球技是要務，精神戰力的提升，亦不容忽視。
記者 鍾豐榮 / 攝影



或動搖訓練意志。

一位多次為國出征的選手即指出，這種「僥倖心態」很容易傳染，只要全隊有1人想法如此，就可能使軍心渙散，自然選手就沒有信心及求勝慾望。

不少回答沒把握演出夠水準的選手則坦承，國人對亞運行抱以厚望，內心壓力沈重恐怕影響表現；另外2種說法是不明敵情、實力不夠。

事實上，上述3種造成選手無信心的理由，仍為外在因素，選手未能建立「事在人為」、「全力以赴」的心理建設，才是最令人憂心的問題。

