

青少年—成年：网球运动员的自我认知变化及身份建构困境

前言

在体育领域，无论是网球或是其他的运动项目，很多运动员都出现过青少年时期成绩很好，但成年后无法再续辉煌的现象。在他人眼中，已获得一级或健将的运动员已然是一种成功，但对于运动员自身来说，从曾经青少年时期的佼佼者到成人赛场的边缘化，再到最后退出比赛、等待退役，在这一过程中，运动员的自我认知与身份建构发生了翻天覆地的变化。本文从田野考察以及访谈材料发现，网球运动员经历青少年—成年的自我表达为三个方面：自我拉扯、自我放弃以及自我突破，这使得他们陷入身份建构的困境。可将这种身份困境归因于两种结构性因素：所属队伍的限制以及对运动员的培养计划单一。

关键词

网球运动员；自我认知；身份建构；青少年—成年

竞技体育是体育的重要组成部分，是以体育竞赛为主要特征，以创造优异运动成绩、夺取比赛优胜为主要目标的体育活动。在我国，为了培养出一名优秀运动员，需要倾注大量的心血，其所投入的财力、物力远远大于培养一名普通大学生，而培养出一名奥运会金牌运动员，国家大约需要投入2000万元人民币。在竞技体育中存在一个普遍的现象，即青少年时期的佼佼者，在进入成人赛场后却开始黯然失色，这对运动员来说无疑是巨大的冲击。这些运动员远离了熟悉的青少年赛场，进入到成人赛场，对新环境、新对手无所适从，在比赛中屡屡失利，陷入自我怀疑、焦虑、迷茫的情绪中。在网球赛场上同样也有不少这样的现象，青少年—成人这一阶段也被誉为网球界的“分水岭”，将淘汰大部分运动员。因此本文将探讨：青少年—成人这一阶段，运动员陷入了怎样的自我认知困境？在社会互动中建构怎样的角色定位？背后又受哪些结构性因素的影响？对此，本文通过运动员的自我叙述进行文本分析，探索运动员从青少年—成人的自我认知变化及其面临的身份建构困境。

1 研究方法

1.1 文献分析法

通过文献了解相关研究的进展，为本文的研究提供扎

实和系统的理论指导。

1.2 田野调查法

根据研究目的与内容的需要，对FW队进行实地调研。在调研过程中，通过参与式观察、无结构式访谈与半结构式访谈的方式，了解网球运动员青少年—成人这一阶段的自我认知变化过程。

2 青少年—成人：运动员的自我表达

自我认知是一个在社会互动中动态调整的过程，对“自我”的理解需要辩证分析个体在社会中的角色扮演。网球运动员在青少年—成人这一阶段的自我表达为：在希望与失望中自我拉扯、屡屡受挫后的自我放弃、在困境中寻求自我突破。自我因现实中的角色瓦解而逐渐发生改变，陷入身份建构的困境。

2.1 在希望与失望中自我拉扯

自我与他者的关系建构属于自我的“泛化他人”阶段，即将社会群体的规范、态度、价值和目标内化于个体，形成自我，使自己所扮演的社会角色被认可、接受。作为一名专业的运动员，能否在比赛中赢得胜利，为自己、为教练、为队伍拿成绩是运动员肯定或否定自己作为运动员存在的意义和价值的重要指标。角色期待对社会角色扮演者的行为具有

导向作用,推动扮演者向理想角色推进。但当运动员无法让自己赢得比赛或满足不了自身与他人的期待时,在主观上会影响运动员的自我价值认知。例如,一名一级运动员ZYL(化名)曾诉说:“对我影响比较大的应该是几年前的成团,成团的时候我又紧张又期待,因为我青少年时期的成绩还不错,对自己也比较自信,挺想让教练看见不太一样的我,结果打的时候发现很让他失望。而且那个时候我以为每个人都特别想、特别希望你能赢,结果打完发现你只是个炮灰(青年打成年),没有人指望你赢,所以那个时候又想证明自己,又害怕行动之后的结局还是一样。”从他的叙述来看,由于运动员无法赢得比赛或无法达到预期水平,加之教练与其他队友也并未对其抱有信心,导致其怀疑自身在球队或作为运动员的意义与价值,产生自己就是“炮灰、打酱油”的认知,开始自我否定,怀疑自我价值。此外,另一位运动员JBQ(化名)表示:“进到成人组后我就很难进到前八了,因为青少年的时候都是随便就前四、冠亚了,对我打击挺大的。然后我又保持着一点自信,总感觉自己可以,但是每次结果都挺让自己失望的,这种感觉挺烦的。”从上述材料来看,运动员还保留着青少年时期的自信与希望,但现实却与内心的期望无法匹配,一方面认为自己还有机会,一方面又在始终无法突破的焦虑情绪中反复自我拉扯。

2.2 屡屡受挫后的自我放弃

从青少年比赛转向成人比赛,需要一定的过渡期,无论是积分的积累、成人比赛的适应程度等都会淘汰掉一部分人,很多人也许在青少年是冠军选手,但到了成人赛场后却始终无法达到如青少年时期一般的成绩。而运动员来到由更多优秀运动员组成的成人赛场,其青少年冠军所带来的自信与希望在逐渐消散。例如,运动员HJY(化名)认为:“其实到成人赛场后,比赛的感觉真的差很多,你只要犯了一点错误,就会马上被对手抓住机会,然后输掉比赛。但是我还是比较‘浪’的人,这几年我还是突破不了,感觉自己还是停留在青少年。看着以前跟我差不多水平的人,现在已经是世界前200了,一开始真的很着急又很无力,现在也已经躺平接受现实了。”很显然,成人赛场集结了中国网球的大部分优秀选手,而从青少年进入成人阶段的初期,运动员会面临全方位的打击,无论是团队、经济、眼界等方面都受到局限,曾经在青少年时期所获得的优越感逐渐降低,甚至陷入自我怀疑的低落情绪。在充满着变化的网球赛场上,已没有了以往敢于试错的勇气,同时在作为运动员这一条道路上自我放弃,认为如何努力也无法赶上他人,陷入“躺平”的自

嘲状态中。

2.3 在困境中寻求自我突破

陷入困境的运动员并非呈现出完全的消极自我以及停留在比赛失利、自我否定的痛苦阶段,他们也会在自我调节中积极寻求出路。“后来我就转移自己的注意力,边训练边读书,感觉心静了不少,起码有所进步。因为当时虽然每天该练还是练,但是在打球上其实已经没有自信了,教练也对你没信心,在心理上已经觉得自己不行了,感觉每天都是在混日子,后来有个亲戚叫我不要浪费时间,我觉得说得很有道理,然后就去考教资、考研。”运动员CJH(化名)在经历一段时间的失败后,始终无法踏过那道“坎”,实现不了青少年一成年转变,最终通过转移注意力的方式去阻止球场上不断的自我否定以及不断蔓延的焦虑情绪,已实现另一种方式的自我认同。

“当时我觉得自己还有希望,但是队里又不是很抓(重视),所以希望队里能赞助我到外面训练,因为很多人现在都是在俱乐部里训练,而且都打得都不错,我就是心态上可能欠缺,技术跟他们没差多少,但教练一直拖着,最后这个事情也不了了之,真的挺难过的,感觉最后的希望都破灭了。”HJY运动员也想效仿他人的成功模式,但迫于经济压力以及与教练的情感,始终无法做到与教练唱反调、实现当下情形的转变。

3 运动员身份建构困境的归因分析

本文通过深入剖析青少年一成年这一阶段运动员的自我呈现,发现他们关于自我的认知是逐渐瓦解的,其所扮演的社会角色在进入成人赛场后始终达不到角色要求,陷入身份建构困境。为何这一阶段运动员的自我认知会逐渐瓦解?运动员的身份建构困境与社会互动又有怎样的关联?以下将从运动员的所属队伍和培养计划这两个层面进行探析。

3.1 来自教练员、所属队伍的限制

教练员、所属队伍对运动员个人的影响是至关重要的,运动员从进入专业运动员这一领域开始,就已脱离了原先以家人为主所组成的社会关系网络,进入到由教练、队友等组成的社会关系网络中。由于运动员进入省队时年龄较小,个体从省队中所学习的各种技能与行为习惯,到成长过程中对自我认知和思维观念的塑造,都离不开队伍环境的影响和教练员的熏陶。而特定的社会关系网络构成了个体对自我认知和身份建构的参照框架,导致运动员从小就在“唯成绩论”等思维的影响下确认了自我的角色定位,努力训练获取优秀

的运动成绩成为他们的共同目标。

3.2 培养计划单一

我国对于运动员的培养主要采取举国体制,其是指以国家利益为最高目标,由国家在全国范围内调动各种资源、力量对体育队进行建设,集中培养有天赋的优秀运动员,最终代表国家参加国际赛事,为国家赢得荣誉的体育制度。但这一制度也存在一定的问题,运动员们全身心地投入进训练中,放弃学习等一切其他事情,因此当运动员在运动成绩上无法突破时,运动生涯遭受攻击时会产生一个疑问:“那不打球我要干吗呢?”这其实与我国的体育制度有着一定关系,培养计划单一、学习时间与训练时间冲突等,都导致运动员除了训练、除了打球以外无法从其他渠道取得成功,在既有困境中无法突破。而教练员也深知此时将队员放回家恐怕已跟不上学习,因此采取的策略是:“那就在这混到毕业吧!”并且运动员在运动生涯的过程中会多次出现“结束”的想法,但每次都因为其放弃了学业、付出了青春而选择继续与自我斗争,在队里一直平平无奇,毕业后找个工作再离开。当曾经的角色身份与预期的角色身份都被击碎瓦解后,形成了“我是混子”的自我认知。

4 结语

研究发现,在青少年一成人阶段过渡失败的运动员,

经历了人生的大起大落。社会现实与身份预期之间的落差、身与心的不协调等冲突,使运动员产生认知失调,运动员所扮演的角色和原本预期的所能达到的角色高度不一致,造成自我认知破碎和身份建构困境。当运动员进入成人赛场初期遭遇失败时,由于其还保留着青少年时期所积累的自信,因此在刚遭到失败时,运动员体现的自我是在希望与失望中反复拉扯,一方面对自己充满自信,一方面又屡屡遭受打击,使自信逐渐瓦解。在自信逐渐瓦解后,运动员的表现为自我放弃,此时,运动员会从多个方面与他人进行比较,例如自身努力、投入成本、教练与队友对其的帮助等等,发现除了自身努力是自己所能控制以外,其他方面皆为控制范围外,从而认为与他人之间的差距并非简单的水平差距,而是方方面面的差距,最终认为无论如何也追赶不上他人的脚步。当运动员完全自我否定时,会开始找寻突破的方法,例如转移注意力、转变环境等,但由于所属队伍的限制以及培养计划单一这两方面的因素影响,运动员很难真正地突破自我,实现对自我认知的转变。本研究也存在一些遗憾之处,这是由于运动员的运动成绩、可持续发展是受到所在运动队、该省对运动项目的重视程度、他所能获得的训练条件、物质待遇、比赛机会等多重因素的影响,取得成绩、可持续发展的可能性也就不同。因此本文的研究结论或许并不能覆盖所有的领域。

文/蔡佳荷(福建师范大学体育科学学院 福建福州 301600)

作者简介:蔡佳荷,女,福建漳州人,福建师范大学体育科学学院在读硕士研究生,研究方向:体育人类学。

参考文献:

- [1] 龙斌,汪俊杰,李芳.回顾与前瞻:我国女子竞技体育研究述评[J].武汉体育学院学报,2021,55(6):72-78.
- [2] 秋水.第27届奥运会带给我们的启示与思考[J].体育工作情况,2001(2):1-7.
- [3] 李沁柯,夏柱智.破碎的自我:“小镇做题家”的身份建构困境[J].中国青年研究,2021(7):81-88+95.
- [4] 张淑华,李海莹,刘芳.身份认同研究综述[J].心理研究,2012,5(1):21-27.
- [5] GroveJR,LavalleeD,GordonS.Coping with retirement from sport: The influence of athletic identity[J].Journal of applied sport psychology,1997,9(2):191-203.