

第肆章 研究結果

本研究依據研究設計內容，個別會晤訪談代表我國參加 2006 年亞洲運動會女子籃球代表隊之 8 名選手，訪談內容依據本研究所設計的二個構面之訪談大綱進行提問，訪談過程全程錄音，並於訪談後整理為逐字稿；再依質性研究訪談法整理分析，獲得本章呈現之結果。

第一節 訓練工作中之生活品質調查

第一節討論討論女子籃球亞運代表隊之選手，在訓練工作中之生活品質調查，共分為環境、薪水、額外福利、是否受尊重、壓力來源等五大面向之表現及心裡態度。其訪談結果整理如下：

一、環境

研究結果發現，在訓練中之生活品質調查，由於台灣女子籃球選手之培育體系完整且環境優良，不論是軟硬體設備都具有一定的水準，以致受訪中8位女籃選手對目前之訓練環境皆表示滿意。

- A：硬體設備上的環境是滿意的…
- B：對於球隊的軟硬體設備已經算是國內女籃裡最好的了，所以不能說不滿意。
- C：滿意:因為球隊得硬體設備還算齊全，沒有食宿交通的問題。
- D：球隊裡的練習設備在國內運動訓練環境中是屬一屬二的，對於練習環境當然滿意，不管在食、衣、住等…給球員的一切都頗好。
- E：對練球環境硬體的設備整體感覺都不錯，因為目前的宿舍和設備都是新的，加上三餐有阿姨照顧也沒有住的問題，所以還都滿意。
- F：對於訓練環境是很滿意的。

G：基本上球隊提供的軟、硬體設備都很齊全，對訓練環境是滿意的。

H：還算滿意！因為擁有自己的球場，除了有些設備稍老舊外，硬體設備都還算 OK。

二、薪水

就薪水的評價中，結果發現儘受訪者C及D兩位受訪者對於薪資的配發表示滿意，其餘6位選手認為大環境的不重視而讓女籃的整體薪資不如其他人，所以均不滿現有的薪資待遇。

A：一直都不滿意。社會大環境不重視運動員身份，球團也不重視球員的專業角色，在社會地位上認定球員專業能力的價值也就相對很低，很多薪資和福利保障上的問題，對於社會角色的認同，會讓球員質疑是否值得努力在籃球這項專業上十年、二十年甚至更多時間。

B：在球員間互相比較後，關於自己資歷和能力都較好，薪資卻不如人，另外，應該很少人工作了十八年，底薪只有三萬元，現在目前的薪資是加上了國手獎金才有現在較好的總薪資收入，那對獎金福利的標準不是很清楚，還是由教練主導決定。

C：尚可。

D：還算滿意。但當然還是會希望可以再高一點，畢竟以其他球隊的同輩中相比，我的薪資稍嫌略低了點。

E：不滿意，雖然我在女籃中薪水算高的，但因為女籃整體薪水並不高，感覺與付出的在收入並不相等，加上球員沒有可以轉隊的制度被球隊綁死，打球的時間又有限，之後也沒保障工作出路，所以感覺球員的薪資可以再更好。

F：不滿意。覺得薪資制度應該是個標準上的參考，那可以以個人能力來衡量調整，不該只是固定式的答案。

G：不算滿意。薪資調幅太小，與同期的球員比較，覺得不夠合理。

H：不滿意，公司民營化之後，球隊原本提供的國手獎金取消，每年固定的調薪也很久沒加，很多該有的沒有了，又不清不楚，怎麼會滿意。

三、額外福利

研究結果發現，受訪者之公司並未明定提供那些額外福利，其政策不明確，使受訪者無法從規定中得知相關額外福利，以致於受訪的球員只有C及D感到滿意，其他受訪者均不滿意。

A：不滿意。還是因為大環境造就的社會價值，導致運動員的社會地位而影響了薪資福利，福利保障制度應該是明確存在、透明運作的，也應該詢問球員的需要而制定的，關於福利及保障，影響了球員為球隊、教練賣命的意願。再者，目前球隊並沒有和公司體系有直接相關的福利，對於我們球隊直接掛名的壽險業，對於球員卻只有受傷的醫療補助，卻對球員沒有任何關於保險上的福利，自己每年都付出了很大的保險費用，因為會擔心之後的生活沒辦法負擔醫療部份，其他部分，也沒有任何來自這龐大的企業體中的直接回饋，所以對於福利及保障這範圍我並不滿意。

B：福利保障？知道符合退休標準也經過教練同意後可領有退休金，但計算方式不清楚，然後退休後可以到公司上班，但是要從頭學起，也沒有興趣，就個人來說是完全不考慮。知道球隊有個針對球員的福利辦法，但因為不公開，所以對內容也不清楚，那現在球員也越來越隨性，不清楚也就不會爭取。

C：我知道的有年節獎金、健康檢查、退休工作保障，算滿意。

D：我想在福利上免不了就是學費和看醫生都不用自己花錢，這對我來說是省了很大一筆錢，所以關於這一點，我很滿意。但在保障上就不是那麼清楚，不曉得如果以後退休，是否也能有一個好的工作環境。

E：學費和食宿全免，還有年節獎金。不滿意，制度不健全，未來沒有保障，

簽約沒有簽約金，內容只是綁死一個球員。不能轉隊的不成文規定，在球員福利和比賽可看性根本就沒有競爭力。

F：不算滿意。其實對進入公司上班的保障，個人是不以為然的，目前進入公司體系上班的型態，並不適合球員，反而比較希望球隊能透過關係，幫助球員尋找相關專業的出路，或許在球員來說，能對自己退休後生活能夠安心一點。那關於福利方面，並不清楚球隊有什麼相關制度，似乎都是教練在主導。

G：球員大學畢業可以在球隊上班，退休後可進入公司(自己不考慮)。對球隊球員本身的福利不是很清楚，對於薪資和獎金部份的制度也都有疑問，所以並不滿意。

H：對球隊的福利並不清楚，目前所知，除了基本的食宿和學費外(好像只有國手全額補助，其他半額)還有聽說學姊口頭說過打滿十年可以進入公司上班，不知時間從何開始算起，也沒有什麼白紙黑字的辦法保障，那覺得自己的身份也還是學生，球隊也還沒有跟我簽約，對這些福利也沒特別在意，所以也沒什麼滿不滿意了。

四、是否受到尊重

在訓練中的生活品質訪談上，球員對於球團給予的尊重，7位受訪者表示滿意，僅受訪者H認為因為本身年紀較小，對於是否受到尊重這部份並不敢要求。

A：是。對於教練的部份感覺並不夠，與老師之間的溝通都太單向，在提出意見或想法的對應中也沒有太多正面的回饋，在這部份我覺得並沒有得到很好的回應和尊重，然後很多球員因為這樣，而用負面的情緒在球場上反映他們的不滿，慢慢的就變成了一種惡性循環，那在與教練之間需要溝通的管道，是一種來自雙向的溝通，在這部份就是很重要的一環。

B：是。

C：是，因為自己的條件比較好，所以教練的關注就比較多，對於一些訓練上的細節也會比較注意，私下生活就沒特別感覺。

D：我是覺得一切都還好，不管在重視或尊重上，比較沒什麼特別的看法和感覺。

E：是，在球隊已是老大姐，經驗和能力豐富地位自然就會提高。

F：是。只要不跟教練有衝突，都會有應有的重視和尊重。

G：教練給予的重視，在融入球隊整體後才有感受到，隊友間也都會互相尊重。

H：還好，球隊主要還是以年紀大小來看待，球技部份也都還是其次，對於這樣的情形也總是要習慣，所以重視和尊重的部份也不會去要求什麼。

五、壓力來源

在訓練中的其壓力來源，主要為：自我表現、球隊戰績、及教練。

A：多半是來自如何保持自我的狀態，維持在金字塔頂端區域內，對我來說有比較大的壓力，那目前還面臨轉換環境上的處理，有些對待上的不公平所產生的情緒壓力。

B：自己的表現是否可以帶領隊友成長，如何去保持球隊冠軍地位吧!

C：球隊戰績、自己個人技術的提升、教練的期許、和隊友球場上的溝通與默契。

D：我想壓力大多都是來自於教練，在教練方面我是覺得他們有時言語上的指導，太過於尖酸刻薄、不留情面，相對的壓力就隨之而來。

E：球隊戰績，教練能給的不多只能靠自己。

F：比賽成績和訓練的疲憊感，自己給予對自己的要求上的壓力

G：教練訓練要求上的壓力。

H：球隊的成績不理想，公司會給予很大的壓力。

上述訪談討論茲將訓練工作中之生活品質整理如下表 4-1。

表4-1 訓練工作中之生活品質調查表

訓練工作中之生活品質					
	環境	薪水	額外福利	是否受尊重	壓力來源
A	○	×	×	○	保持自我的狀態
B	○	×	×	○	自己的表現
C	○	○	○	○	球隊戰績
D	○	○	○	○	教練
E	○	×	×	○	球隊戰績、自己表現
F	○	×	×	○	自己的表現
G	○	×	×	○	教練
H	○	×	×	×	球隊戰績

第二節 訓練工作外之生活品質調查

本節將就訓練工作外之生活品質生活水平面向中之物資需求、休閒參與、學習機會及訓練工作外之生活品質社會關係中之家人相處、教練相處、與母隊隊友及家人相處、交友情形及社會互動進行討論。

一、生活水準

(一) 物資需求

在8位訪談女籃球員中，於生活水準面向中之物質需求上僅有2位表示滿意，受訪者G及H對於物資上的需求是感到滿意的。其餘6位皆為不滿意。

A：目前是，但還是覺得不夠。在年齡的增長，對生活上品質相對會要求越高，對於物質上的需求和品質的要求，都是需要金錢作為基礎輔助的。

- B: 個人基本物質是可以滿足的。因為在球隊的生活不需要去負擔一般人食、住的開銷，但如果想要過更好的生活，那在某些部分或許還是不夠的。
- C: 不甚滿意，目前薪資滿足個人基本需求還算沒問題，但以目前物價不斷上漲的情況來說，也只能是最基本的需求了其實運動員的生涯有限，如果想要未來有更好的生活，現在也只能省著點了。
- D: 目前是還算過得去，但家庭上的負擔很重，不光是自己個人的需要，還要負責照顧弟妹的生活，薪資只能維持一般生活，滿足的程度來說還是不夠的。
- E: 普通的食衣住行是沒有問題的，但如果還想要好一點的生活目前的薪水覺得還是少了些。
- F: 只是能滿足基本的物質，但自己比較享受物質上的生活，很多在品質上的提高，是目前薪資不太能負擔的，所以是基本能滿足但品質不滿意。
- G: 如果只是應付基本的需要是沒有問題的。
- H: 還算可以，自己會去分配，如果說只是基本的物質需求應該是沒什麼問題。

(二) 休閒參與

另外在休閒活動的參與上，7位選手表示滿意，僅有受訪者C感覺不滿意。

- A: 在訓練帶來的影響下，一般動態活動也不太行了，平常就是吃吃喝喝、唱唱歌消除壓力疲勞，也都還算滿意。
- B: 拼圖、看電視、逛街或看電影。會看時間的長短和精神狀況來決定是滿意的。因為選擇的都是自己喜歡的活動。那對於想要有更多時間去進行任何休閒就不能奢求了，畢竟我們的工作角色跟一般人不同
- C: 看電影書籍和逛街，不滿意想要有更多時間去規劃休閒的活動，現在因為練球的疲憊也沒有太多時間和精力去從事自己

想要的活動。

D：一有空檔時間就會想要休息，如果有時間可以出去走走，頂多逛一下街，買買生活必需品等…所以休閒活動的品質，我是不那麼計較的..

E：睡覺和線上遊戲，感覺還算滿意，訓練和學校課業已經很疲憊了，自己對休閒活動的要求也不高，所以放假休息時間待在宿舍睡覺上網也就夠了。

F：養寵物、開車到處晃晃、出門吃吃喝喝，做些放鬆的事轉換心情，不要讓自己一直處在一個緊繃有壓力的情緒下。自己可以安排自己想做的事，不用被規定，我很喜歡我的休閒方式。

G：朋友聚會或出門走走讓自己安靜思考，休閒活動基本上是配合非練球時間外去選擇自己喜歡的方式，是算滿意的，因為很少有時間去規劃更好的活動，需要長時間或體力的休閒活動，基本上在正常訓練期間的假日中，是很少去進行的。

H：電影、上網、玩電動還算可以滿意。基本上自己對休閒沒太大的要求，相對球場上已經太浮躁了，所以休閒時間也只喜歡一個人靜一靜。

（三）學習機會

在訓練工作外的學習機會上，僅有受訪者F表示滿意，其於受訪者皆不滿意。

A：目前來說較沒有時間，對球員來說，其實每天的訓練都是在重複學習球場上專業的東西，那在球隊沒有提供別的學習機會下，球員每天應付訓練消耗很多精神體力，也就很少會利用空檔去安排學習。

B：自己一直都很想要把英文學好，但計畫總是趕不是變化，加上球隊的訓練時間，就很不容易去進行。

C：非球季比賽時間，早上需要到公司上班可以學習到一些行政的東西，是

在未來退休進入公司上班作準備。

D：很想去學英文，但在訓練和課業間沒有辦法抽出太多的時間。

E：沒有特別的，就是學校裡的學習。

F：最近在一些受到刺激的動機之下，自己開始有請朋友一對一教我英文。

那也有在帶學校的社團，和學生的交流過程中，也是一種學習。

G：自己會透過網路和朋友間搜尋和學習自己有興趣的相關事物，也是為未來做一份準備，還有英文也是自己很想學習的部份，但只有自己單方面也都沒有去進行。

H：大多還是來自學校課程中，那自己很想把英文學好，但總是會被練球集訓打敗。

上述訪談討論茲將訓練工作外之生活品質－生活水準整理如表 4-2

表4-2 訓練工作外之生活品質調查表－生活水準

訓練工作外之生活品質			
	物質需求	休閒參與	學習機會
A	×	○	×
B	×	○	×
C	×	×	×
D	×	○	×
E	×	○	×
F	×	○	○
G	○	○	×
H	○	○	×

二、社會關係

(一) 家人相處

本研究結果，8位訪談者皆與家人保持良好的互動及相處關係。

- A：很好，曾經有一段時間因為和家人相處較少，回家好像都會像客人一般被對待，現在就比較好了，其實相處少、摩擦少自然相處就會比較融洽，那對我來說，家人是我的最後一道防線，當任何不如意發生，家人給我的安慰和依靠是非常重要的。
- B：很融洽，互動也很好，會互相關心，和家人的感情反而在進了球隊之後越來越好。
- C：和家人的關係相當融洽，常會以電話聯絡關心，回家時間太少想念卻太多。
- D：這就不用說了，跟家人的相處是非常融洽的，因為大家感情都很好，也會因比較沒時間相處，很更加珍惜可以聚在一起的機會。
- E：很融洽，但因為放假時間不多也不常回家，平時都是以電話和網路與家人保持聯絡，假期回到家也一定會待在家裡與家人共渡。
- F：父母都很支持我在籃球運動這個部份，和家人的相處都很好，因為也沒辦法常常待在他們身邊，平常都會用電話聯絡關心，也常一起出去吃飯，那在心理部分家人的支持和鼓勵對我影響是很大的。
- G：回家的時間不多，平常都會打電話回家跟父母聊天，次數很頻繁，那在北部的家人見面互動也很多，和家人的關係和情感的表達都很好，相處在一起也都很融洽。
- H：互動很頻繁也很融洽，只是回家的時間不多。

（二）教練相處

在與教練的相處上，有四位訪談者與教練相處融洽，其餘四位較有摩擦。

- A：還可以，私底下的聯繫互動不多，也不會想要有什麼交集。教練和選手的關係是很對立的，如果我是教練，也不會想要花時間經營和球員的關係，只要自己本身做的好，球員的心和態度都會是很正向的。

- B：生活間的相處時間很少，互動還算 OK! 但是還是會把球場上的教練球員間的相處模式帶進生活中，所以和教練總會有一種距離存在。
- C：還算融洽，自己跟教練的互動不多，大多是球隊一起聚餐，自己本身對教練只有基本的問候和關心。
- D：和教練就僅止於球場上。私底下的相處會盡量避免和他有任何接觸的機會，能閃就閃。
- E：還不錯，教練會邀請球員到家裡吃飯用餐，也會以電話表示關心。
- F：私底下和教練相處的時間不多，因為各自也有各自的生活圈，下了球場也不會有什麼互動，也就沒什麼融不融洽的感覺。
- G：沒有太大的交集，感覺教練總是高高在上，不知道要怎麼去跟他說話，所以也沒太多互動。
- H：小時候就覺得教練很恐怖，不敢去親近，那跟教練溝通上也多是球場上的事情，但除非必要不然絕不會開口提起。私底下不會跟教練有什麼互動，生活上有任何問題也不會想到教練或跟教練提起。

(三) 與母隊隊友及同儕等互動

研究結果發現所有受訪者與母隊隊友及同儕間的互動都是很融洽的。

- A：和隊友之間的相處都還不錯，沒有什麼問題。
- B：非常融洽。在年齡較相仿及有共同回憶的隊友中，其實感情已經昇華像姊妹一般，那對於比較年輕的球員，還是會以較嚴格的角度去教導，私底下的相處也還不錯。
- C：嗯！在球隊會聊天討論，可是在假日相約出遊並不多。還是有自己的生活交友圈。
- D：在球隊大家都還不錯啦!但因為空檔時間很少，有機會大家就往外跑，所以頂多問候一下而已，不過同輩以下的關係會比較熟一點。

- E：很好，假日都會找時間一起出去吃飯，平常在球隊也都會聊天交流。
- F：關係都很好，但下了球場也都是在忙各自的生活，所以互動也並不多。
- G：在球隊生活球員間的相處都很自然，互動也算融洽，那假日還是以自己的生活圈為主，跟隊友的互動不多。
- H：可能這兩年待在外面的集訓時間太久，和隊友感覺會有些距離感，比較不像以前親密。另外或許自己出去學的東西多了，接受了比較不一樣的觀念，回來練球可能有些狀況，會感覺學姐並不怎麼友善，好像對自己的態度是比較負面的，所以多少也影響了私底下的感情。

(四) 交友情形社會互動

對交友情形及社會互動之訪談結果有，三位感到不滿意，其餘五位對自己的交友情形及社會互動是感到滿意的。

- A：還不錯，但可以更好。覺得從小在這成長的球員跟社會的互動都不多，求學過程也都因為訓練不會花太多的時間在學校朋友間的互動，下課就急著回球隊休息準備練球，加上團隊的生活，很多事情都會依賴旁邊有人陪伴，多少也就影響了本身的獨立程度和社交能力。
- B：不滿意。主要還是因為練球的時間綁的太死，非賽季訓練的調整不多，其實我覺得球員根本就沒有社交生活。
- C：因練球時間關係，較無法配合同學及同事之作息，很難建立新的人際關係，所以很少結交新的朋友，覺得不是很滿意。
- D：這點是還好啦！我的交友情況都是以籃球圈為主，和社會的互動也都沒有太多的交集。
- E：滿意，因為已經習慣現在目前的生活，自己對交友也不特別在意，所以也不會有什麼不滿意的地方。
- F：自己的個性喜歡交朋友，跟不同的人接觸，讓自己可以有不一樣的心情

和想法，對於自己在社會關係上的互動是算滿意的。不過有時候，時間和精神上會有些應付不來。

G：不滿意，想要有更多的時間和空間跟社會接觸，在球隊的訓練感覺阻礙了和外界的互動，自己不知道怎麼去擴大自己的生活圈，也不會主動去經營更好的人際關係。生活就局限在這小圈圈裡了。

H：自己現在除了沒機會去接觸不一樣的環境，也因為沒時間去經營和朋友間的關係，所以也不會想去交什麼新的朋友。

上述訪談討論茲將訓練工作外之生活品質－社會關係整理如表4－3

表4-3 訓練工作外之生活品質調查表－社會關係

訓練工作外之生活品質				
	家人相處	教練相處	與母隊隊友及同儕等互動	交友情形社會互動
A	○	○	○	○
B	○	○	○	×
C	○	○	○	×
D	○	×	○	○
E	○	○	○	○
F	○	×	○	○
G	○	×	○	×
H	○	×	○	×