

◀体育人文社会学

质性研究在我国运动心理学中的应用

胡丹婧

(山西大学 体育学院,山西 太原 030006)

摘要:采用文献资料法和逻辑分析法,探讨质性研究与量化研究的联系以及质性研究与定性研究的区别,综述质性研究在我国运动心理学研究中的运用,并为质性研究在运动心理学中的广泛应用提出新的思路与方法。

关键词:质性研究;运动心理学;应用

中图分类号: G804.8 **文献标识码:** A **文章编号:** 1004-0560(2009)02-0063-03

Application of Qualitative Research in Sport Psychology in China

HU Danjing

(School of Physical Education, Shanxi University, Taiyuan 030006, Shanxi, China)

Abstract: By using the methods of document review and logical analysis, this paper discusses the contact and distinction of the qualitative research and other research methods. At the same time, the author reviews its application in sport psychology research in China, and puts forward new ideas and methods in a wide range of applications.

Key words: qualitative research; sport psychology; application

人体在运动中的心理状态显然是个体的行为,仅将他们置于“实验处理—结果”或者整体的问卷调查情境之下,忽略个体的运动体验,心理现象的动态性,这样得到的效果和结论都是不合理的。同时,人类的心理和行为应该在其实施和进行的过程中考察并不断修正,而质性研究能体现人类的心理和行为的动态过程,成为新的解决问题的路径。

在心理学领域,质性研究更多地关注于特殊人群,如生理疾病患者或心理障碍患者,以访谈、观察、叙事分析等方式探究患者的心理历程、心理状态、心理体验以及心理感受。在运动心理学领域,涉及运动员经验的质性调查研究正在逐步增多^[1],其焦点集中在优秀运动员的心理状态水平上,如高水平乒乓球运动员、优秀游泳运动员、高水平举重运动员等。运动员怎样处理焦虑、如何克服意志困难以及在运动中有怎样的情绪体验这些问题,量化研究显得力不从心,它将复杂多变的人的心理现象作分解化、简单化、凝固化处理时,破坏了人的整体性,不能完整地将心理本质呈现出来^[2]。而质性研究有计划地使用和收集大量的经验性资料和视觉文本——描述个体运动及生活中的日常行为、问题情境及其意义^[3]。

1 质性研究概述

质性研究(qualitative research)首先是从人类学家撰写人种志开始的。20世纪70年代中期,质性研究方法开始定型,随着阐释法被采纳进质性分析中,作为一种合法的教育研究方法,质性研究地位更加巩固,它为立志探究人类社会及行为现象的研究者,开启了崭新的视野。质性研究是偏爱直接经验的分析和人格类型的概括,并以这样的假设开始,即社会环境是独特的、动态的和复杂的^[4]。

1.1 质性研究的界定

Auerbach等将质性研究定义为“质性研究是为了发现特殊现象的意义模式而对文本和访谈进行分析和解释的一种研究”^[5]。Denzin与Lincoln认为质性研究对于不同的人有着不同的含义,即质性研究方法是一种典型的多元方法,包括一个针对其主题的解释性的以及自然主义的方法。这表明质性研究者在自然情境下研究,并且试图理解和解释研究对象带给他们的现象的意义^[3]。陈向明给出质性研究一个初步定义,“以研究者本人作为研究工具,在自然情境下采用多种资料收集方法对社会现象进行整体性探究,使用归纳法分析资料并形成理论,通过与研究对象互动对其行为和意义建构获得解释性的一种活动”^[6]。可见,质性研究的研究者就是资料的收集工具,并以真实情境中人们的生活经验为研究对象,关注原始事实和事实全貌,关注研究者本人对研究过程和结果分析的影响,采取归纳式的资料分析方法,并在研究开展过程中不断反复。

1.2 质性研究与定性研究的区别

我国的学者开始将 qualitative research译为定性研究,直到现在很多的书籍尚没有将定性研究与质性研究相区分。质性研究方法更强调研究过程的程序性和研究资料的情境化,强调研究者对自己身份、态度的反思,以及访谈者与被访谈者之间的互动。而传统的定性研究则多为研究者本人对某个问题的反思和态度,缺乏原始资料,具有浓厚的思辨色彩。虽然两者都强调“对意义的理解和解释”,但是质性研究更加强调研究的“过程性、情境性和具体性”,而传统定性研究则更倾向于研究的“结论性、抽象性和概括性”^[11]。

收稿日期:2009-01-12;修回日期:2009-02-21

作者简介:胡丹婧(1983-),女,硕士研究生,主要研究方向为体育运动心理学。

1.3 质性研究与定量研究的关系

定量研究依靠对事物用量的部分及其相关关系进行测量、计算和分析,以达到对事物“本质”的一定把握;而质性研究是通过研究者和被研究者之间的互动对事物进行深入、细致、长期的体验,然后对事物的“质”达到一个比较全面的解释性理解^[6]。在心理学研究中,数量证据补充质性分析,定量研究补充质性研究;同时,质性研究为数量研究定性和指明方向,它们之间互为补充而相得益彰。在现实性水平上,它们是“体用”关系,即以理论分析为体、以统计测量为用,二者相互包含,相互补充,共同作为发展科学的基本方法^[7]。

2 质性研究在我国运动心理学中的应用

质性研究是一种独特的研究方法,它有着自身独特的评判标准,在其长期发展过程中,质性研究的视角已经不再仅仅是观察、实验等基本科学方法的补充,而是在研究上更注重多元化,在方法上更加多样,表现出极强的包容性^[8]。

按照 Morse 的分类,除了行为类问题,其他的质性研究策略,如现象学、民族志、扎根理论等都可以使用访谈或对话作为首要的收集资料的方式。因为访谈是了解人们想法有效且可靠的途径,并可以逐步描述人们的行为和事件。从 2000 年我国运动心理学领域开始出现质性研究到现在,研究者几乎都用访谈作为资料的首要收集方式。

2.1 访谈

质性访谈是一类特别的对话或演讲活动,用以探索受访者的经验和解释^[4]。这种相对无限制的、亲密且开放的互动,可以揭示某些关键人物对某一问题的潜在动机、信念、态度和情感,而一些敏感的话题在问卷调查中很难获取,这些关键人物更青睐访谈的私密气氛。

2.1.1 追踪访谈 追踪访谈 (repetitive interview) 又称重复性访谈。质性访谈获得的资料比较深入,而其具有动态的性质。研究者需要追踪了解随着时间或环境的变化,运动员的思想、态度及行为等方面的变化,以进行比较得出一些规律性的认识,但由于追踪性访谈耗时长、费用高,多用于小样本的调查,如钟秉枢追踪访谈 8 位优秀运动员,展示了他们的职业生涯,并以此研究成绩资本的运作及其带来的运动员地位的变化^[9]。这个研究不仅建立了质性因果关系,还详细描述了成绩资本对运动员地位变化的作用以及作用过程。

2.1.2 案例访谈 质性访谈在研究者“负责”引导访谈的意义上,是结构性的,但尽管研究者是带着引导性的问题开始访谈的,但也有可能跟进受访者的引导,探究在访谈互动中所引发的领域,这种访谈是半结构且深入的 (semi-structured depth interviews),如王斌等对我国游泳运动员张健进行了半结构访谈,并深入分析了张健横渡渤海海峡的内部动机、外部动机、认知策略、遇到的困难、顶峰体验等方面的问题^[10],这是质性研究中典型的案例研究。在案例研究中,界定边界和明确分析单元是关键所在,而研究者将讨论的重点放在描述行为的动机、认知和情绪的意义。

除了对单个人的研究,对单个项目的研究也属于案例分析的范畴,如王智等对我国 17 位高水平举重运动员进行了访谈,结果发现我国高水平举重运动员理想比赛心理状态表现为:高自信、集中注意、表现良好、理想的唤醒水平、明确的目

标、忘我和高比赛欲望^[11];陈静采用半结构式深度访谈,对国家队 10 名高水平乒乓球运动员进行关于影响运动表现因素的单访访谈,发现高水平乒乓球运动员普遍认为心理素质是运动表现的主要影响因素^[12]。这些研究形成一些成型的评估,旨在提高实际的应用实践效果。

2.1.3 现象学访谈 现象学访谈是现象学研究中收集资料的一种方法。这种方法将解释的或阐释的和描述的或现象的结合起来,描述个体如何面对生活经历,如何解释生活的“文本”。个体所赋予的经验的意义是研究对象,并将参与者视为描述与阐释的共同建构者^[4]。宋中良针对 20 名国家队的优秀运动员在训练和比赛中的意志品质和坚持性进行了现象学访谈,详细描述了运动员遇到的典型困难和运动员的坚持策略。由于访谈的样本较大,还采用量化研究的方法,对意志困难和坚持策略与其他变量之间的关系进行了多元统计分析^[13]。

在此之后,李佑发运用行为事件访谈法,对运动员、学生、军人克服困难的进行现象学访谈,通过质性分析,运用 Nvivo 编码软件逐级编码,建构了意志品质模型,并据此模型编制了运动员的意志品质量表,信、效度达到可以接受的标准^[14]。行为事件访谈法的成功运用,为今后的研究者开启了新的思路与方法。行为事件访谈法采用开放式的行为回顾式探索技术,通过让被访谈者找出和描述他们在工作、学习或运动中最成功和最不成功的三件事,之后详细地报告当时发生了什么,并对访谈内容进行分析,来确定访谈者所表现出来的胜任特征。

2.1.4 扎根访谈 以扎根理论为策略的质性研究,访谈是首要的收集资料的方法。扎根理论的前提假设是严格的方法可以用于发现现实的近似,而后者经验性地呈现在精心收集的资料之中。在资料中扎根最重要的就是恒常比较法,它使研究者在归纳思维和演绎思维之间相互转换、取长补短。这种理论认为,可能的意义范畴将从资料中涌现,研究者对资料进行仔细的解读,以决定这些意义范畴是否有效^[4]。

刘靖东对来自台湾 (5 名)、香港 (4 名) 的运动心理学专家进行深度访谈,访谈问题主要围绕运动心理学专家的服务过程以及在服务中所采用的相关知识等内容,并从两地数据中分析出 12 种核心成分^[15];孙拥军在运动员参赛过程自我调整的质性分析中,也使用了扎根理论的研究范式,并对 14 名优秀运动员进行访谈,包括在比赛中一次失败调控的经历和一次成功调控的经历,其结果基本符合自我控制资源有限理论的预期^[16]。刘淑慧在射击比赛瓶颈效应的分析中,以比赛方案作为分析文本,在核心类属的理论框架下建立了两个扎根理论,即“射击比赛方案内容主要是心理方面的内容,写方案的过程就是心理准备过程”和“射击比赛方案对比赛发挥在一定程度上具有自我指导和定向功能。”^[17]而运动员的比赛方案本身是在访谈、咨询配合观察的基础上建立的。

2.2 对质性访谈的思考

2.2.1 质性访谈与一般心理学访谈的区别 1) 没有先前假设。一般的心理学研究是一个验证假设的过程,即提出假设,围绕这个假设提出问题,进行访谈。质性访谈是假设生成的研究 (hypothesis-generating research)^[18]。

2)在整个研究过程中始终存在。一边访谈一边分析资料,并且根据分析的情况调整访谈的思路。这是质性研究特有的,所以收集资料的方法始终贯穿在整个研究过程中。

3)不作为其他研究的辅助手段。质性访谈可以是收集资料的首要方法,也可以成为其他质性研究方法的一部分存在。访谈主要用于获取影响行为的想法。也可以成为描述人类行为和事件的有效途径。研究者决定使用访谈法,访谈的资料将是重要的信息来源,访谈中的每一个细节都变得很重要,不容忽视,更不能应付。

2.2.2 质性访谈的取样 采用目的性取样是质性访谈的典型特征^[19]。而取样要具有典型性或代表性,如优秀的或高水平的运动员;或者有目的的检索一个个案,典型个案样本,如游泳运动员张健。另外,充分捕捉总体的差异性或者建立特定的比较也是目的性取样常用的方法。

2.2.3 质性访谈问题选择 访谈是了解人们想法有效且可靠的途径。它为用其他方式不能完成或难以完成提供手段——“发现别人头脑里的东西”。但这也正是困难的来源,如果受访者不愿与他人分享自己的想法,研究者又缺乏敏锐、时间或专门的技术,这就需要提出的问题有选择性。访谈开始前,访谈者必须有足够的背景知识确定问题可以产生与研究目标有关的信息。研究问题不等于访谈问题,不能生硬地把研究问题套用到访谈提纲之中。提问题时,要尊重受访者,使用受访者熟悉的语言,把问题尽量表达清楚。问题一定是开放性的,并且保持中立。

2.3 质性研究其他方式的介绍

相比访谈法,其他质性研究方法在运动心理学中的应用还非常有限,主要原因是运动心理学研究者做质性研究起步比较晚,涉及的领域还不宽泛,而另一个原因也许是因为其他方法相对访谈法不好控制,受到的局限性更多。

2.3.1 参与式观察 参与式观察很适合行为类问题的研究,还能从受访者在访谈中所不愿讨论的情境中获得敏感性信息。在真实的运动情境中,如在奥运会等大型的比赛或筹备中,研究者记录下每天的运动状态、发生的事情、言语、服装、紧急事件、行为等,并对运动员或被研究者的行为和语言进行系统的描述和分析。而在质性研究中,参与者所采取的参与水平,是质性观察的一个关键问题。对于高水平运动员来说,干扰性、保密性问题给质性观察人员提出新的挑战和要求。

2.3.2 焦点团体研究 焦点团体访谈也是质性研究中常用的方法,但在我国运动心理学领域还没有人涉及,研究者可以在未来的质性研究中关注并使用。

焦点团体访谈面对的是集体性的行为,这样就会更多受到集体规范、集体意见、共享知识的影响。在技能性为主的项目中,由于心理因素的重要性更为突出,采用焦点团体访谈,使一群具有相似特征或具有共同经历的人(如一个篮球队的所有队员)坐在一起,在某个主持人的协调下讨论问题。这种环境中他们和与自己想法相似的人共享经验,而多人在场也给了他们安全感。

总的来说,这几种方法可以单独使用或者结合起来使用。通过对同一个研究课题中使用几种不同的方法得到的结果进行后续的三角检验,其效度得到了非常令人满意的验证。因

为同时使用多种质性研究方法可以进行交叉的比较,因此多样方法的使用扩展了调查数据应用的范围,由此造成的各方法间的交迭和矛盾也可以评估。

3 结论

1)质性研究的研究者就是资料的收集工具,并以真实情境中人们的生活经验为研究对象,关注原始事实和事实全貌,关注研究者本人对研究过程和结果分析的影响,采取归纳式的资料分析方法,并在研究开展过程中不断反复;质性研究不同于定性研究,它与定量研究互为补充而相得益彰。

2)在我国运动心理学领域,访谈是进行质性研究最普遍使用的方法,相继出现了以多种研究策略为主的追踪访谈、案例访谈、现象学访谈、扎根访谈等方法。

3)参与式观察和焦点团体研究也是质性研究中非常重要的种类,而这两种方法在我国运动心理学领域的应用非常有限。

参考文献:

- [1] 章 岚,许小冬,赵开强.对体育科学研究中质性研究方法的探讨——一种更加注重程序化、情景化的研究方法[J].体育科学,2004,24(7):369-372.
- [2] 张 薇.质的研究在体育社会科学中的应用[J].沈阳体育学院学报,2008,27(5):1-4,7.
- [3] Denzin NK, Lincoln YS. Handbook of Qualitative Research[S]. CA: Sage Publications, 1994.
- [4] J. Amos Hatch 朱光明,等译.如何做质的研究[M].北京:中国轻工业出版社,2007.
- [5] Auerbach CF, Silverstein, Louise B. Qualitative Data: an Introduction to Coding and Analysis[M]//Qualitative Studies in Psychology. New York: New York University Press, 2003.
- [6] 陈向明.质性研究方法与社会科学研究[M].北京:教育科学出版社,2000.
- [7] 刘穿石.论西方心理学史中质性研究与量的研究的关系[J].南京师大学报(社会科学版),1993(3):47-50.
- [8] 李文静.后现代语境下的心理学质性研究方法[J].鲁东大学学报(哲学社会科学版),2007,24(1):112-115.
- [9] 钟秉枢.成绩资本和地位获得[M].北京:北京体育大学出版社,2000.
- [10] 王 斌,马红宇,侯 斌.张健成功横渡渤海海峡的顶峰体验[J].体育科学,2002,22(1):15-17.
- [11] 王 智,丁雪琴,赵开强.对我国高水平举重运动员的调查:理想比赛心理状态的特点及其影响因素[J].体育科学,2007,27(9):49-53,71.
- [12] 陈 静.高水平乒乓球运动员心理素质的质性研究[J].天津体育学院学报,2008,23(4):281-284.
- [13] 宋中良.两类项目运动员在训练与竞赛中存在的意志困难及坚持策略[D].北京体育大学硕士论文,2002.
- [14] 李佑发. B TL - L - YZ 2.0 运动员意志品质质量表的编制与应用[J].体育科学,2008,28(1):89-96.
- [15] 刘靖东.台湾、香港地区运动心理学专家备战 2004 年奥运会运动心理学服务模式研究:一项质性研究[D].武汉:武汉体育学院硕士学位论文,2007.
- [16] 孙拥军.自我控制损耗对运动员操作表现的影响[D].北京:北京体育大学博士学位论文,2008.
- [17] 刘淑慧.对射击比赛中“瓶颈效应”的分析[J].中国射击射箭,2008(3):1-6.
- [18] 周明洁,张建新.质性研究方法在临床心理学中的应用[J].中国临床心理学杂志,2007,15(4):369-372.
- [19] Joseph A. Maxwell 质性研究设计[M].陈浪译.北京:中国轻工业出版社,2008.

责任编辑:刘红霞