

中国临床运动心理学论文的内容分析

●刘丽¹ 石岩² (1. 山西大学教育科学学院; 2. 山西大学体育学院)

摘要: 本文对1981年至2010年间我国临床运动心理学研究的680篇论文进行内容分析, 以揭示我国临床运动心理学研究的现状与问题。研究表明: 研究者主要来自体育学院(研究所); 运动功能损害和运动退役研究薄弱; 研究主要以认知行为理论为基础; 调查研究、研究综述和理论性研究较多, 质性研究和实验研究相对较少; 研究发展分为1981~1993年的起步阶段, 1994~2003年的快速发展阶段, 2004~2010年的规范阶段。对我国未来临床运动心理学研究提出建议: 吸引更多临床心理学学者参与研究; 关注运动功能损害和运动退役; 丰富研究的理论基础; 加强临床研究方法的训练。

关键词: 临床运动心理学; 内容分析; 运动表现发展; 运动功能障碍; 运动功能损害; 运动退役

临床运动心理学(Clinical Sport Psychology)是随着体育运动事业的发展而兴起的应用心理学分支,于20世纪80年代萌芽于美国,本世纪初迅速发展并走向成熟。1988年,美国奥林匹克委员会(USOC)建立了临床运动心理学家注册制度。2005年,美国大学体育协会(NCAA)召开了临床运动心理学家大会^[1]。2006年,首部《临床运动心理学》专著出版^[2]。2007年,《临床运动心理学杂志》(Journal of Clinical Sport Psychology)创刊,为临床运动心理学开辟了专门的学术交流平台。2011年,临床运动心理学的东西方观点(Clinical Sport Psychology Perspective West And East)系列丛书出版^[3]。

我国的临床运动心理学研究始于20世

纪80年代,在广大心理学工作者的共同努力下,已经积累了许多富有价值的研究成果。本研究旨在从基本情况、内容及方法三个方面对我国临床运动心理学研究论文进行分析与评价,以揭示我国临床运动心理学研究的现状,发现其存在的问题,为我国研究者提供参考,促进我国临床运动心理学研究的进一步发展。

一、研究方法

本研究采用内容分析法进行分析。内容分析(content analysis)是一种对文献内容进行客观、系统和定量描述的研究技术,它按照一定维度对论文内容进行系统分类和评判,可提供学科研究状况的基本信息^[4]。目前,该方法已被广泛应用于心理学研究之中。

(一) 论文取样

本研究从1981年至2010年的13个目标期刊中选出临床运动心理学论文680篇。心理学期刊包括《心理学报》《心理科学进展》和《中国心理卫生杂志》，体育学期刊包括《体育科学》《中国体育科技》《体育与科学》《北京体育大学学报》《上海体育学院学报》《天津体育学院学报》《西安体育学院学报》《武汉体育学院学报》《成都体育学院学报》和《体育学刊》。

(二) 内容分析的维度

本研究参照相关文献^[5, 6]，按照以下程序设计了内容分析的维度系统：(1) 精读2007~2008年《临床运动心理学杂志》的全部文献，初步制订分析维度；(2) 对2009年《临床运动心理学杂志》的文献进行试分析，修订分析维度；(3) 征求相关专家对内容分析维度系统的意见，修订分析维度；(4) 经过培训的研究组成员对2010年《临床运动心理学杂志》文献进行独立分析，分析者的一致性系数在0.83~0.86之间，说明该分析维度系统信度较高，可为研究所用。对评判者容易出现分歧的维度进行讨论，最终达成一致意见。内容分析维度系统由27个因素构成。

(三) 研究过程

由研究者和经过培训且熟练掌握内容分析维度系统的6名研究生对论文进行独立的内容分析，每篇论文有两名分析者。研究者最终录入数据时检查分析不一致的地方，认真核查后加以取舍。

(四) 数据处理

采用SPSS 17.0 统计软件对全部变量的频次分布进行描述性分析。

二、研究结果及分析

(一) 论文的基本情况

1. 论文首作者所属机构

表1 中外临床运动心理学论文首作者所属机构对比(%)

院(所)性质	中国	外国
体育学院(所)、体育教学部	91.7	34.3
心理学院(所)	4.9	37.4
医学、护理、健康学院(所)	0.9	12.1
其他	2.5	16.2
合计	100.0	100.0

表1显示，我国临床运动心理学研究论文首作者主要来自体育学院(研究所)和体育教学部，而心理学、医学、护理与健康学院(所)学者对临床运动心理学研究的参与度极低，这与国外学者相对多元的研究背景形成了鲜明的

对比，经分析，这种情况多年来(尤其是2004~2010年间)未出现明显变化。这非常不利于临床运动心理学这门交叉学科的发展。中国临床运动心理学的建立与发展，需要更多临床心理学学者的参与。

2. 论文的篇幅

对三十年来我国临床运动心理学研究论文的篇幅统计显示，平均每篇论文篇幅为4.21页，且多年来论文篇幅未出现明显增长趋势。而国外《临床运动心理学杂志》创刊以来的论文平均篇幅为16.5页^[7]。这可能是由于国内期刊对篇幅的限制制约着临床运动心理学研究成果表述的完整性，影响学术交流的深度。这一问题希望得到相关期刊的充分理解和重视，以为我国临床运动心理学提供更好的学术交流平台。

3. 论文参考文献

对三十年来我国临床运动心理学研究论文参考文献的统计显示，平均每篇有9.63条参考文献，图1显示1995年起参考文献量呈现逐渐增多的趋势，2006年开始平均每篇论文的参考文献量稳定在17条左右。目前，我国临床运动心理学论文参考文献条数不及美国《临床运动心理学杂志》论文参考文献(平均每篇文章参考文献为42条)^[7]的一半。参考文献较少导致研究难免低层次重复前人的工作，提供给读者的新信息就相对较少，文章的质量也因此受到很大的影响，非常不利于临床运动心理学研究及学术交流的纵深发展。

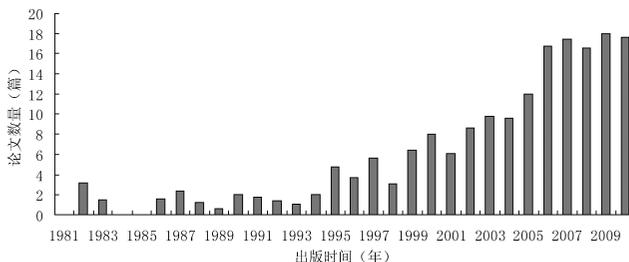


图1 中国临床运动心理学论文参考文献发展趋势

(二) 论文内容

1. 研究领域

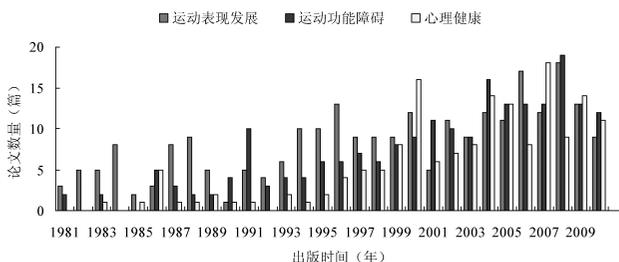


图2 中国临床运动心理学研究领域的发展趋势

图2显示,我国临床运动心理学研究对运动表现发展的研究起步较早,在1994年以前占绝对优势。运动功能障碍研究和心理健康研究在20世纪90年代以后逐渐增长,近年来出现与运动表现发展研究并驾齐驱的现象。由此可以看出,我国运动心理学学者对运动者心理问题的关注,已经逐渐脱离仅以高水平运动员运动表现发展为中心的情况,越来越关注普通运动者的运动功能障碍及全面的心理健康。

表2 中外临床运动心理学的研究领域对比(%)

研究领域	中国	外国
运动表现发展	37.2	17.2
运动功能障碍	31.2	25.3
心理健康	22.6	21.2
运动功能损害	3.5	21.2
学科发展	3.2	13.1
运动退役	2.2	2.0
合计	100.0	100.0

表2显示,运动退役是中外临床运动心理学研究的薄弱领域,与国外临床运动心理学研究相比较,我国临床运动心理研究的突出特点是:对运动表现的发展研究较多,而对运动功能损害的研究较少。运动表现发展研究较多与我国长期以来注重竞技体育发展有关。运动功能损害指运动员存在着明显的临床心理问题,引起其严重的情绪紊乱和行为失调,导致其无法投入训练与竞赛^[8]。运动功能损害研究被忽视与我国运动心理学学者大都来自体育学院(研究所),普遍缺乏临床心理学训练背景有关。

2.研究的理论基础

图3显示,我国临床运动心理学研究的理论基础一直以认知行为理论占绝对优势,但近年来出现理论逐渐丰富的趋势。这与国外临床运动心理学研究情况基本一致^[7]。认知行为理论在临床运动心理学研究中占绝对优势,与认知行为治疗操作性强,更易于通过实证研究检验有关。

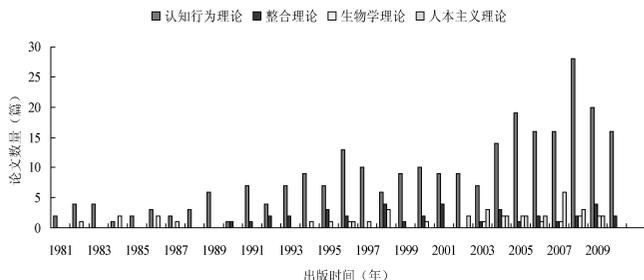


图3 中国临床运动心理学论文理论基础的变化趋势

(三) 论文研究方法

1. 论文类型

表3显示,与国外临床运动心理学研究相比,我国临

床运动心理学论文类型以调查研究报告、文献综述和论述较多,而临床运动心理学的质性研究和实验研究的论文相对较少。这与国内临床运动心理学研究者大多来自体育学院(研究所)有关,他们在日常工作中深刻意识到临床运动心理问题研究的必要性,但由于普遍接受的是体育科学的训练而相对缺乏临床心理学的系统训练,所以,更容易进行调查研究报告、研究综述和理论性研究,而深入的质性研究和实验研究相对较少。

表3 中外临床运动心理学研究论文类型对比(%)

论文类型	中国	外国
调查研究报告	36.3	32.3
实验研究报告	11.8	15.1
测验研究报告	6.3	6.1
质性研究报告	4.8	19.2
质性+量性研究报告	0.4	2.0
论述	25.7	18.2
文献综述	14.6	7.1
合计	100.0	100.0

2. 研究设计

表4显示,我国临床运动心理学病理机制研究与国外一样,存在过分依靠相关设计现象,而更能确定心理变化机制的实验研究设计与质性研究设计较少。因此,我国临床运动心理学关于病理机制的研究设计有待进一步改善,以便更深入地揭示运动者心理发展变化的内在机制。

我国临床运动心理学论文干预研究以文献综述为主,侧重具体介绍针对性的干预措施,实验研究设计较少,而国外临床运动心理学61.5%的干预研究主要通过实验研究来验证干预的效果。实验研究能为不同方法的干预效果提供充分的证据,有利于提高临床运动心理服务的科学性。因此,我国运动心理学学者应加强心理干预的实验研究。

表4 中外临床运动心理学论文的研究设计对比(%)

研究设计	机制研究(中国)	机制研究(外国)	干预研究(中国)	干预研究(外国)
描述性研究设计	16.0	0	0	0
相关研究设计	44.9	75.0	0	0
实验研究设计	10.2	12.6	26.7	61.5
质性+量性设计	0.6	3.1	0.5	3.9
质性研究设计	5.1	6.3	21.4	7.7
文献综述	14.7	3.1	47.1	15.4
说明	8.4	0	4.2	11.5
合计	100	100	100	100

3. 研究被试

表5显示,我国临床运动心理学研究更关注高水平运动员和专业运动员,而国外临床运动心理研究更关注大学

生运动员和少年运动员。我国临床运动心理学高度关注高水平运动员和专业运动员, 与我国现阶段注重竞技体育的现实有关。青少年是祖国的未来, 青少年运动员的心理问题如果得到心理服务的及时介入, 就可以避免进一步发展成为心理障碍。如果等到运动员形成了心理障碍再介入治疗, 其难度就会很大。因此, 我国应加强对少年运动员和大学生运动员的关注。

表5 中外临床运动心理学研究被试对比(%)

研究被试	中国	外国
无	29.0	24.3
高水平运动员	15.9	10.1
专业运动员	11.2	6.1
混合	9.0	8.1
体育专业学生	8.4	2.0
大学生运动员	7.4	20.2
少年运动员	5.9	11.1
学生	6.5	5.1
其他	4.6	13.0
合计	100.0	100.0

4. 资料收集

表6显示, 中外临床运动心理学研究在资料收集上的共同之处在于较多采用问卷法和量表法, 而较少采用观察法和仪器测验法, 不同之处在于我国学者更多采用工作经验法和文献法, 较少使用访谈法。我国研究者较少采用非常适合临床运动心理学研究的访谈法收集资料, 与他们主要来自体育学院(研究所), 普遍缺乏临床心理学的系统专业训练有关。

表6 中外临床运动心理学研究资料收集方法对比(%)

资料收集方法	中国	外国
问卷法与量表法	38.8	38.4
工作经验	20.4	13.1
文献法	19.6	12.1
三种以上方法结合	7.8	16.2
仪器测验法	6.4	3.0
访谈法	2.6	13.1
观察法	1.2	1.0
其他	3.1	7.1
合计	100.0	100.0

5. 结果分析

表7显示, 我国临床运动心理学研究论文中涉及多元分析的少于国外。心理现象是多层面和多维度的, 其影响因素也是复杂多变的。采用多元分析法进行分析, 更有助于人们了解变量之间的复杂关系, 能更有效地揭示心理现象的本质和发展规律。因此, 在未来临床运动心理学研究

中多元分析法有待进一步推广。

表7 中外临床运动心理学论文研究结果分析方法比较(%)

结果分析方法	中国	外国
定性分析	42.2	38.4
非多元统计分析	39.0	30.3
多元统计分析	17.9	25.3
定性+定量分析	1.0	6.0
元分析	0	0
合计	100	100

中外临床运动心理研究中都尚未出现元分析(meta-analysis)的论文。元分析是对具有共同目的但相互独立的多个不同甚至相反的研究报告给予定量统计分析而综合评价某一主题研究的方法, 曾被置于循证医学实践证据金字塔的顶端, 目前被广泛应用于心理学研究之中^[9]。自临床心理学的实证支持治疗兴起以来, 元分析方法在临床心理学研究中的应用呈逐年增长的趋势^[7]。元分析对文献的数量与质量都有一定的要求, 临床运动心理学研究中尚未出现元分析的论文, 可能是由于目前能够支撑元分析的临床运动心理学研究成果有限, 也可能是由于研究者统计方法的训练不足。随着临床运动心理学的进一步发展, 元分析方法的应用将越来越多。

(四) 中国临床运动心理学研究发展阶段的划分

纵观我国临床运动心理学研究30年的发展状况, 可以清楚地看出我国临床运动心理学研究在不同时间段呈现出明显差别。因此, 可以对其进行阶段划分, 以帮助研究者厘清我国临床运动心理学研究发展的内在线索, 并能够据此展望本学科未来的发展方向。

1. 中国临床运动心理学研究的起步阶段

1981年到1993年期间是我国临床运动心理学研究的起步阶段。这一阶段的基本特征是临床运动心理学的研究刚刚引起研究者的关注, 研究的数量与质量都处于较低水平, 具体表现如下: 论文数量少, 平均每年仅有9.9篇; 研究极少得到基金的支持; 参考文献量少, 许多论文根本没有参考文献; 研究内容以运动表现发展研究占绝对优势; 最突出的论文类型是说明文(35.5%); 主要采用工作经验法(21%)和文献法(13.8%)收集资料; 论文的结果分析方法中定性分析占54.3%, 仅有0.7%的文章采用了元分析。

2. 中国临床运动心理学研究的快速发展阶段

1994年到2003年期间是我国临床运动心理学研究的快速发展阶段。这一阶段的基本特征是临床运动心理学研究的数量与质量都表现出快速上升的趋势, 具体表现如下:

论文数量逐年增多, 平均每年发表论文25篇; 受资助项目出现逐年增长趋势; 论文的参考文献呈现逐渐增多趋势; 运动功能障碍和心理健康研究逐年增多; 研究报告超过理论型论文, 说明文的比例下降至24.9%, 调查研究报告迅速增加到37.3%; 以高水平运动员为被试的论文相对降低, 以非高水平运动员为被试的论文迅速上升; 经验总结法下降, 量表测验法和问卷调查法的应用逐渐增多; 定性分析逐渐减少为47.1%, 多元分析上升为10.7%。

3. 中国临床运动心理学研究的规范阶段

2004年至2010年期间, 我国临床运动心理学研究进入成熟阶段。这一阶段的基本特征是临床运动心理学的数量与质量都较前两个阶段大幅提高, 具体表现如下: 年均发表论文达45.3篇; 平均每年有16.3个项目受到基金支持; 平均每篇论文的参考文献量稳定在15.4条; 在研究内容上, 运动功能障碍、心理健康和运动表现发展三者呈并驾齐驱之势; 69.7%的论文为研究报告, 说明文进一步减少; 以非高水平运动员为被试的论文达到60.6%; 量表测验法、文献法和问卷调查法成为最重要的资料收集方法, 工作经验总结法的应用萎缩; 定性分析减少至33.7%, 30.3%的论文进行了多元分析。

三、对未来研究的建议

1. 吸引更多临床心理学学者加盟

本研究结果显示, 我国心理学院(研究所)和医学院(研究所)学者对临床运动心理学研究的参与度极低, 这非常不利于临床运动心理学这门交叉学科的发展。我国需要吸引更多心理学院(研究所、系)和医学院的临床心理学学者关注运动者的心理问题, 只有他们的加盟, 中国临床运动心理学才能高质量地发展。因此, 建议国家体育总局科研发项为临床运动心理学研究提供一定的空间, 并鼓励心理学院(研究所、系)与医学院(研究所)中的临床心理学学者积极申报相关课题, 以课题调动临床心理学学者加盟的积极性。另外, 体育学院(研究所)要有意识地引进具有临床心理学训练背景的人才, 这不仅能够促进临床运动心理学研究的深入, 而且也能吸引更多的心理学学者关注临床运动心理问题。

2. 加强对运动功能损害与运动退役的研究

本研究结果显示, 我国临床运动心理学论文仅有3.5%是关于运动功能损害, 而国外21.2%的论文涉及运动功能损害, 其研究的十大热点问题中有四个属于运动功能损害, 即饮食障碍、情绪障碍、物质依赖和运动损伤后心理障碍。纵观我国极其有限的运动功能损害论文, 研究主题主要为

与运动相关的攻击性行为(冲动控制障碍), 研究类型主要为研究综述与理论分析^[10, 11], 实证性的临床研究报告极少, 仅有杨士荣(2010)就我国运动员的饮食障碍进行了调查研究^[12]。因此, 建议中国体育总局体育科研项目、国家社科基金项目和教育部人文社科项目以及各地方基金的管理者在编制课题指南时关注运动功能损害问题。同时, 专家学者也要主动介入运动功能损害的研究, 以提高我国运动功能损害的干预效果, 切实维护我国运动者的身心健康。

我国临床运动心理学论文仅有2.2%是关于运动退役问题的研究。由于我国现阶段仍然是举国体育体制, 且职业生涯规划辅导尚未普及, 所以, 我国运动员对运动退役的心理准备不够充分, 在运动退役时遇到的心理问题就更多。黄志剑和拟刚彦(2008)研究表明: 我国高水平运动员对于从事竞技运动事业对自己人生发展的影响认识不足, 对运动退役及角色转换的准备不足^[13]。王进(2008)研究表明: 我国面临退役运动员的自我评价、生活满意度和社会支持认知下降, 焦虑和孤独感明显增加, 应对退役的策略主要为回避; 运动员在退役后的1~2年内社会支持感低, 孤独感高^[14]。目前, 我国运动心理学学者虽然意识到运动员退役相关的心理问题, 并就此开展了一系列现状调查、发生机制和对策研究, 但针对性的实证干预研究很少, 亟待进一步深入研究。



3. 丰富研究的理论基础

本研究显示,我国临床运动心理学研究的主要理论基础是认知行为理论。过分依赖认知行为理论有悖于学术研究百花齐放的原则,不利于临床运动心理学研究的繁荣和发展。导致心理问题的原因很复杂,解决心理问题的方法各有利弊,并不存在一种唯一正确且适合于各种情况的理论与方法,不同的人在不同的时间可能受益于不同的处理^[15]。跨理论整合研究(transtheoretical integration approaches)是西方临床心理学研究与发展的特点。1991年,《心理治疗整合杂志》(Journal of Psychotherapy Integration)创立,为临床心理学的整合研究提供了专门的学术交流平台。目前,许多治疗师在治疗中采用整合治疗方法^[16]。因此,临床运动心理学研究应广开思路,在注重认知行为理论的同时,注意吸纳近年来生理心理学、精神分析和积极心理学研究的成果,开展跨理论的整合研究,进一步丰富研究的理论基础。诚然,后者受到循证实践验证的成果不多,但也正因为如此,它们更需要进行深入的研究。

4. 加强临床研究方法的训练

我国临床运动心理学研究在方法上存在诸多问题,包括:质性研究与实验研究较少;研究被试以高水平运动员最多;研究中较少使用谈话法、观察法、仪器测试法收集数据;数据的多元分析较少,未出现元分析论文等。因此,我国运动心理学学者应进一步加强临床研究方法的训练,在开展临床运动心理学研究时注意以下问题:加强质性研究和实验研究的使用;扩大研究样本范围,更多关注青少年运动员;丰富资料收集方法,尤其要多使用访谈法、观察法与仪器测试法;加强多元统计分析;提高研究的规范性,为整合研究成果的元分析作准备。

参考文献

[1] Gardner F L. Introduction to the special issue: Clinical sport psychology in American intercollegiate athletics [J]. Journal of Clinical Sport Psychology, 2007, 1(3): 207 - 209.

[2] Gardner F L, Moore Z E. Clinical sport psychology [M]. Champaign, IL: Human Kinetics, 2006.

[3] Zhu Li Jing, Heil J, Wenzel T. Clinical Sport Psychology Perspective West and East (Volume I) [M]. VDM Verlag, 2011.

[4] Holdford D. Content analysis methods for conducting research in social and administrative pharmacy [J]. Research in Social and Administrative Pharmacy, 2008 (4): 173 - 181.

[5] Buboltz W C, Deemer E, Hoffmann R. Content analysis of the Journal of Counseling Psychology: Buboltz, Miller, and Williams (1999) 11 Years Later [J]. Journal of Counseling

Psychology, 2010, 57, (3): 368 - 375.

[6] Rhodes R E, Nasuti G. Trends and changes in research on the psychology of physical activity across 20 years: A quantitative analysis of 10 journals [J]. Preventive Medicine, 2011, 53, 17 - 23.

[7] 刘丽, 石岩. 临床运动心理学研究: 现状、问题与建议 [J]. 心理科学进展, 2012, 20 (9): 1495 - 1506.

[8] 刘丽, 石岩. 临床运动心理学的界定、现状及发展趋势 [J]. 中国体育科技, 2009, 45 (6): 76 - 82.

[9] Rosner A L. Evidence-based medicine: Revisiting the pyramid of priorities [J]. Journal of Bodywork & Movement Therapies, 2011, 16: 42 - 49.

[10] 邓铭一, 季浏, 常波. 运动攻击性行为的理论发展及控制方法 [J]. 武汉体育学院学报, 1998, 126(3): 55 - 59.

[11] 石岩, 王莹, 赵阳, 等. 球场观众暴力的发展趋势, 研究进展与遏制策略 [J]. 体育科学, 2007, 27(1): 24 - 40.

[12] 杨士荣. 不同类型运动员饮食障碍的比较研究 [J]. 武汉体育学院学报, 2010, 44(3): 87 - 92.

[13] 黄志剑, 姚刚彦. 高水平运动员的退役准备与适应: 一项定量研究 [J]. 天津体育学院学报, 2008, 23(5): 393 - 395.

[14] 王进. 我国运动员退役意识与心理状态的定量分析 [J]. 心理学报, 2008, 40(4): 496 - 506.

[15] Cooper M, McLeod J. A pluralistic framework for counselling and psychotherapy: Implications for research [J]. Counselling and Psychotherapy Research, 2007, 7(3): 135 - 143.

[16] Sharf R S. Theories of Psychotherapy and Counseling: Concepts and Cases [M]. Wadsworth Publishing Co Inc, 2008.

栏目编辑 / 杨怡 终校 / 王晶晶