

國立體育大學  
體育學院  
體育研究所碩士論文

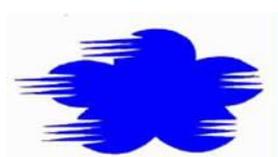
高中棒球員的親子關係與生涯規劃協商

**Parent-child Relationship and Career Planning of  
High School Baseball Players**

指導教授：陳子軒 博士

研究生：羅雁琳 撰

中華民國 111 年 7 月



國立體育大學

National Taiwan Sport University

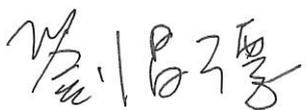
本論文：高中棒球員的親子關係與生涯規劃協商

係國立體育大學體育研究所研究生羅雁琳所提，  
作為審查授予體育學碩士學位之一部分。

本論文承蒙下列考試委員審查通過

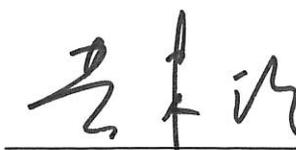
中華民國 111 年 06 月 27 日

論文考試委員



劉昌德 博士

國 立 政 治 大 學 教 授



黃東治 博士

國 立 體 育 大 學 教 授



陳子軒 博士

國 立 體 育 大 學 教 授

# 高中棒球員的親子關係與生涯規劃協商

## 摘要

本研究旨在探討親子關係如何影響高中棒球員生涯規劃，家庭教養是教育的核心也是第一線，親子關係如何影響球員的運動價值與信念，探討學生棒球員如何透過棒球走出屬於自己的生涯進路，並分析親子關係帶給學生棒球員在生涯發展上產生的議題，過去研究多針對運動員與教練關係進行訪談或問卷調查，比較少親子關係對學生棒球員生涯規劃影響進行探究，藉由質性研究的訪談方法，訪談某高中體育班棒球員以及家長，回溯學生棒球員的家庭經驗以及運動歷程，欲提取家長層面之資訊來瞭解其互動影響之脈絡性，理解學生棒球員以及家長如何詮釋對運動生涯發展的想像，針對親子雙方的期望差異，雙方以何種態度或方式來面對及處理衝突，並做出親子協商的策略，因此提出以下研究問題：(1) 學生棒球員在親子關係中的互動樣貌為何(2) 親子關係在生涯規劃的期待落差與衝突如何協商?本研究從學生棒球員與父母雙方互動關係下的利弊得失，透過打棒球企圖達到的期望與目標，分析親子關係對於學生棒球員生涯規劃之影響，並理解學生棒球員背後的棒球心路歷程與生涯進路，主要探討親子關係與學生棒球員的互動內涵，增加未來運動員親子關係與庭教育方向的應用價值。

**關鍵詞：**親子關係、學生運動員、生涯規劃、親子協商

# **Parent-child Relationship and Career Planning of High School Baseball Players**

## **Abstract**

This study aims to explore how parent-child relationships affect high school baseball players in terms of career planning. As family upbringing is the core and front line of education, how parent-child relationships affect players' sports values and beliefs, how student baseball players pursue future careers through baseball, as well as analyzing issues that parent-child relationships bring to the career development of student baseball players. Past research was mostly focused on conducting interviews or questionnaires on the relationship between athletes and coaches, and rarely on the impact of parent-child relationships on the career planning of student baseball players. Using the interview method of qualitative research, we interviewed baseball players and their parents from a high school sports class and backtracked their each player's family experiences and sports history in order to extract parent-level information and understand the context of their interactions, exploring the topic through the perspective of both players and their parents, and understanding how student baseball players and their parents interpret the players' career aspirations regarding baseball. In view of the differences in expectations of

both parents and the student baseball players, what attitudes or methods should they take while dealing with conflicts and negotiating. In this study, the following two research problems are proposed: (1) How do student baseball players interact in parent-child relationships? (2) How should parents and student baseball players negotiate during conflicts from their expectation gap regarding career planning? This research analyzes the pros and cons of the interaction between student baseball players and their parents, what goals and expectations they hope to achieve through playing baseball, as well as the learning process and future planning of student baseball players in baseball as well as the impact of parent-child relationships on the career development of student baseball players, and further understanding the baseball mentality and career paths behind the players. This current study mainly discusses the connotation of parent-child relationships of student baseball players and then promotes the application value of parent-child relationships and the direction of family education on future athletes.

**Keywords:** parent-child relationship, student athlete, career planning, parent-child negotiation.

## 致 謝

寫到致謝詞心中滿滿感動與感謝，很感動先生願意接送我上下課以及情感層面的強力支持，我的兒子是體育班的學生棒球員，他對棒球的熱情開啟我對這本論文的發想，謝謝我最愛的家人們，沒想過相隔 20 多年我可以再重回校園當個單純的學生身分，謝謝自己在碩班 2 年靠堅持與努力完成了學業。

感謝我的指導教授陳子軒老師，當我論文遇到瓶頸時老師會指出我的盲點與糾結，或是引導核心方向讓我思考與修正，論文寫作過程總是帶有多少焦慮與挫折的心情，常常老師信件回覆的一句加油、快要完成了，就能讓我感受到被支持的力量，其次我也很感謝黃東治教授與劉昌德教授在口試當中對我提出的強力指導與有效建議，感謝三位教授協助我的論文能走向正軌，最後我也要對班導潘義祥教授說聲謝謝，導師經常在班級群組表達關心並分享知識訊息，也帶領我們征服七星山並許下個人期望，這是碩班期間一段難忘的師生共遊回憶。

一本論文的產出除了自己的努力與重要他人以及教授的協助之下，還包括了同學神隊友的助攻，謝謝絡易、惟淳協助我做口試前後的準備，謝謝運緯幫忙介紹球隊教練讓我能夠順利找到訪談對象，謝謝碩班期間一起修業的同學互相關心與打氣，對於曾經幫助我的人心存感激之情。

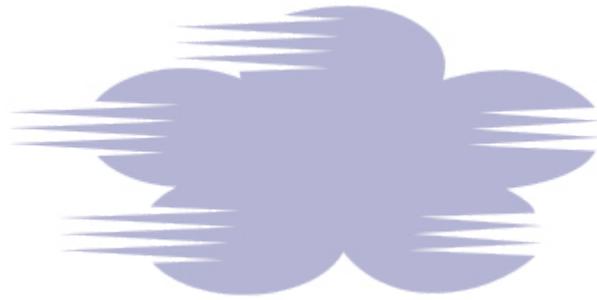
羅雁琳筆

# 目錄

<b>第壹章 緒論</b> .....	1
第一節 研究背景 .....	1
第二節 研究問題 .....	6
第三節 論文架構 .....	7
<b>第貳章 文獻探討</b> .....	9
第一節 親子關係的內涵與互動模式 .....	9
第二節 親子關係對生涯規劃的影響 .....	21
第三節 研究焦點與小結 .....	39
<b>第參章 研究方法</b> .....	47
第一節 質性研究 .....	47
第二節 研究對象 .....	50
第三節 研究倫理 .....	53
<b>第四章 研究結果</b> .....	56
第一節 投捕搭配的親子關係 .....	56
第二節 親子衝突關係與修復 .....	72
第三節 學生棒球員生涯進路 .....	86
<b>第五章 結論</b> .....	100
第一節 結論與反思 .....	100
第二節 限制與建議 .....	105
<b>參考文獻</b> .....	108

## 表 目 錄

表 1	訪談對象名單編碼代號 .....	52
表 2	訪談對象名單背景資料 .....	52



# 第壹章 緒論

本章旨在說明及描述研究之背景與動機，並依其提出研究目的及研究問題。本章分為三節：第一節為研究背景；第二節為研究目的；第三節為研究問題；第四節為論文架構。

## 第一節 研究背景

少子化已成為現存普遍的社會現象之一，在少子化現象下逐漸反映出教育制度與家庭教養的問題，身為父母的親職教養愈顯得重要（陳彥璇、蘇育令，2007）。父母在子女社會化過程中扮演著舉足輕重的角色，以及對子女影響的重要性，在少子化的社會裡，孩子被教養的過程，是許多父母親非常在意的事情。黃榮豐（2010）提到少子化下的小孩通常自我觀念強，要求大家聽他的，卻不太願意傾聽別人的意見，也較無法融入團體，相對的挫折容忍度也比較低，因此在家庭或學校的教導上也較為困難，需要花更多的心思在個別孩童身上，研究者本身育有獨生子女，孩子從小就少了兄弟姐妹的陪伴，缺乏同儕學習與互動的經驗，在人生童年的時刻就體會到沒有手足關係的孤單感，學習層面也少了許多手足間競爭、模仿、典範的觀摩或仿效，而手足經驗對孩子的成長是具有影響力的，家庭裡的手足人數已逐漸變少，這意味家庭資源的分配與家庭的適應策略也會隨著變動，父母是家庭教育的核心引航者，父母教養的方式對子女各種能力的培養、人格發展有長遠影響，甚至影響

其子女的想法、行為及對人、事、物的態度，研究者讓孩子接觸運動期盼帶來正向影響，企圖透過棒球團體的環境學習人際互動，孩子開始加入社區棒球運動，也開啟了孩子打棒球成為學生棒球員的契機，在運動上期望能培養健全的人際關係以及健康生活的社會化過程。

運動道路的視野隨著社會環境、文化及時代的變遷，父母在教育方式上不再侷限於以學科為主，開始重視多元化教育的學習，在父母參與學生競技運動的情境中，父母給予學生運動員自主性，親子關係透過不斷的互動來影響彼此的價值觀與行為。王亭文、李加耀與盧俊宏（2016）指出父母涉入孩童及青少年競技運動最主要的目的在於創造及控制良好的環境，讓自己的孩子有適當的發展以及健康的生活，營造出自我導向的、負責任的和自主性的生活型態。在父母鼓勵子女運動的視野角度，贏球並不是首要的目標，而是以觀念、自信的建立為重，因此如何引導讓學生棒球員在適當的環境下接受訓練，學習對於勝負輸贏的正確觀念就顯得相當重要，父母的優勢在於，孩子對於自己的父親或母親的信任程度是一開始就存在的，父母與孩子每天每日的相處，對於孩子的人格特質、想法、態度是相當瞭解的，若父母可以從對孩子的瞭解以及相當程度的信任感中，去協助孩童的運動發展，相信是有利無弊的，在另一方面若父母教養方式產生過度干涉子女運動的表現，容易產生過度控制的行為並導致子女的負向發展與影響。父母亦是建構孩子心理發展的關鍵人物（Blake & Slate, 1993）。父母的教養方式與態度在執行的同時，也應該顧及學生棒球員各個層面上的發展，尤其是心理發展的建構，父母教養態度的優缺面向可比

水能載舟，亦能覆舟的概念，親子關係的互動如何影響球員的運動價值與信念，是其本研究中探討的議題。

學生運動員面臨學生與運動員雙重角色的壓力（李殷如、許雅雯，2018）。學生運動員於學業及訓練中，時間、精力受到嚴重考驗，遇到比賽亦會影響學校課程（張宏亮，1995；陳又琪，2009）。學生運動員同時要兼顧運動還有課業，在就學階段除了訓練運動員運動能力之專長，學校無法提供足夠的課業輔導及學習課程，造成許多運動員其他專業知能相當欠缺，以至於學業學習時間減少，課業學習成效普遍不佳。時間與精力的限制往往是學生運動員最大的考驗（許健民，1998）。學生棒球員從參與專項訓練開始便必須花費大量時間和精力在訓練、競賽中，大部分學生棒球員從國小、國中開始打棒球，一路保送到高中、大學，從小過度的訓練、過度的使用，造成積累已久的疲勞和身體傷害以及學業落後，訓練、競賽與課業的衝突也加劇了他們在學業適應上的困難，在日常生活高度地圍繞著比賽和訓練又要兼顧課業的情況下，往往使得學生運動員無法負荷，課業基礎落後他人的現象。

社會就業環境偏重主流科目成績加上運動員將大多精力投注於專長訓練，也使體育班學生就業競爭力更顯薄弱（陳怡帆、程瑞福，2013）。學生棒球員如何成功的結合運動還有他們的學習內容，除了運動技能與心理技能之因素，臺灣體育的大環境可能也有關係，政府對體育的政策以及對運動員的保障不足，使運動員在競技運動的路上遇到許多生涯阻礙，高中畢業打社會業餘球隊開始賺錢，另一條路不用考試保送上有棒球隊的大學，這兩條路都不需要特別的知識基礎，皆是依靠棒球選擇的生涯，通往職業球隊發展的名額畢竟是少數的，絕大部分的學

生棒球員，卸下學生身分後的發展其實很侷限。即便是菁英運動員在臺灣的就業管道中也未能盡如人意（洪嘉文，2006）。畢竟在現實的運動世界中能成功地成為頂尖的運動選手者畢竟是少數，並非每位運動選手皆能如願在運動生涯方面達到預期的成就。

行政院體育委員會（現為體育署）棒球振興方案中提到「棒球是我國的國球」，棒球一直是最受到國人注目的焦點之一，棒球運動最早在日本殖民時期就由日本人傳入臺灣，對台灣運動項目而言經歷一段很長的歷史，算是一個相當具有本土的運動，少棒球員在國際賽事屢屢奪冠成了民族英雄，掀起一股台灣對棒球的熱潮，也讓棒球成為國內最受歡迎的運動興起台灣三級棒球狂飆期。陳子軒（2008）提到棒球，可說是這島上人民少數共同分享的記憶、也最有共識的歷史面向，不論是本省人、外省人、客家人或原住民，都能透過這小白球凝聚在一起，沒有立場各自表述的問題。在棒球正式成為「國球」的之前，其實還被媒體以「國技」和「國家運動」來稱呼（林伯修、林國棟，2012）。在歷史的累積下將棒球政策性地視為國球，曾經是國家統一和團結的工具與手段，台灣棒球代表著國族意涵，在文化上棒球肩負著國家運動的使命，棒球運動的最終價值，並不一定在於追求勝負的結果，可以說是一種由棒球遊戲規則本身所延伸「回到本壘」（run home）的文化歸屬感，因此本研究也將以親子關係的角度出發探討透過棒球如何凝聚家庭關係，以及理解學生棒球員的生涯進路。

台灣棒球運動發展是歷時最久的一項運動，棒球員的生涯出路逐漸走向職業化與全球化，學生棒球聯賽自 78 學年度至今，奠定台灣基層棒球穩固基礎並儲備國家優秀棒球選手，球員除

了有機會進入職業球團工作外，亦有選擇棒球教練或體育老師的領域，然而受到少子化的衝擊，師資在僧多粥少的情況下，錄取的機率下降，勢必也會影響到學生運動員的生涯規劃，加上國內棒球大環境的競爭力不足，使得棒球人才外流到日本、美國的現象越來越普遍。有越來越多的台灣小球員在國中畢業後，就前往日本高中求學，但是這個部分大多是個人意願或是家庭因素所促成（林青輝、楊智荃、曾慶裕、童明治，2011）。也就是說個人選擇與家庭支持，皆影響學生棒球員在國內繼續發展的重要意願，且年齡層越來越低，導致球員的生涯傾向也會選擇往國外發展。赴日留學打球的臺灣學生棒球員有增多的現象（陳家豐、龔榮堂、陳月娥，2013）。近年來棒球留學生已成為生涯選擇其中之一，許多的台灣學生棒球員在國中或高中畢業後，就以棒球留學生的身份前往日本，因為臺灣與日本在棒球運動上有緊密歷史文化的連結，也促使台灣學生棒球員前往發展的主要國家，同時在行政院體委會與縣市首府的支持及實際運作之下，相繼新成立城市棒球隊，再加上過去原本業餘成棒社會甲組球隊，目前國內甲組棒球隊的增加，能讓高中、大學畢業球員有磨練球技的機會，未來挑戰職棒或是待在業餘球隊延續棒球生涯的選擇。對於這些失去表演舞台的前職棒選手及年輕棒球選手而言，無非是一個重返榮耀與延續棒球生涯的契機（田家安、洪聰敏，2014）。但另一現實層面城市棒球隊選手結構以新人居多，就表示球員淘汰的速度相當的快速，因此運動員應該為將來退下棒球員身份預先做好生涯規劃，多充實自己的生活技能與第二專長的培養。

## 第二節 研究問題

學生棒球員期望透過棒球走出屬於自己的生涯道路，此過程勢必帶給學生棒球員在生涯發展上產生的議題，為了成為一個優秀的運動員，學生棒球員在童年時期或是青少年階段就投入許多的時間參與運動訓練，過去研究的資料較多針對運動員與教練關係進行探究，比較少親子關係對學生棒球員影響的研究，透過質性研究回溯學生棒球員的家庭經驗以及運動歷程，本研究欲提取父母層面之資訊來理解學生棒球員的運動歷程與生涯相關議題，學生棒球員以及父母會如何詮釋對未來生涯發展的想像，就如同父母與學生棒球員投捕搭配的互動歷程，因此從親子關係的觀點來剖析學生棒球員雙方互動關係下的利弊得失，分析學生棒球員在棒球運動的學習過程、個人成長經驗、未來生涯規劃，透過打棒球企圖達到什麼樣的理想與目標，以及親子關係對於學生棒球員的生涯養成，企圖理解學生棒球員背後的棒球心路歷程與脈絡。

基於上述的研究背景與研究目的，本研究旨在探討親子關係對於高中棒球員在運動歷程以及生涯選擇產生甚麼樣的影響，學生棒球員如何做出平衡或妥善的生涯規劃與銜接亦是研究中關心的議題，在學生棒球員與父母親子互動下產生的期望落差衝突，又將如何做出協商與因應策略，因此提出研究問題如下：

- (一) 學生棒球員在親子關係中的互動樣貌為何？
- (二) 親子關係在生涯規畫的期待落差與衝突如何協商？

### 第三節 論文架構

本研究論文架構共分為 5 個章節，其分別敘述如下：第一章緒論：說明本研究之研究背景、研究問題、論文架構。主要研究親子關係與學生棒球員對運動生涯的不同視角與親子衝突的協商策略，並提出關於父母角色與學生棒球員角色的不同視角觀點與互動關係，針對親子潛在的家庭衝突以及協商策略的部分提出兩個研究問題。

第二章文獻探討：第一節：親子關係的內涵與互動模式、第二節：親子關係對生涯規劃的影響、第三節：研究焦點與小結。從依附理論去瞭解親子關係的內涵，評估子女與父母關係的品質，並說明親子互動關係如何影響學生棒球員之運動信念，探討影響親子關係變化的相關因素，從青少年發展階段的轉變開始釐清親子之間的矛盾與衝突，包括父母與學生棒球員之間的期望差異，親子雙方習慣以何種態度或方式來面對及處理衝突，親子雙方做出何種協商策略的因應，增加期望價值理論對親子衝突與運動期望的影響，並理解親子溝通的歷程，透過學生棒球員刻板印象釐清體育班的升學困境與生涯選擇，說明學生棒球員對未來生涯發展的疑慮，主要透過親子關係的角度去回答研究問題，增加未來學生棒球員親子關係實務的應用價值，針對國內外相關文獻做出整理與內容分析，在文獻探討與資料收集中逐漸建立成具體的研究架構，並作為研究者回答研究問題的依據，最後統整前面三節的研究焦點並做小結。

第三章研究方法：包括質性研究、研究對象、研究倫理之說明。本研究為質性研究取向，並採取半結構式的一對一訪談收集資料，採取立意取樣訪談桃園某高中棒球體育班學生棒球

員以及家長做為研究對象，訪談資料建立逐字稿後編碼依主題分析做歸納與比較，並釐清研究者本身與題目高度涉入的研究者與訪談者之間的關係，提醒自我省思避免蒐集資料與分析資料時產生的偏差。

第四章研究結果的第一節：投捕搭配的親子關係、第二節：親子衝突關係與修復、第三節：學生棒球員生涯進路。本研究依照研究目的與研究問題，架構本章節安排，分析訪談的文本內容以及研究發現，主要呈現主題分析的結果回應研究問題，以瞭解學生棒球員在親子關係的樣貌以及親子關係面對期望落差衝突的協商策略，首先先探討學生棒球員產生背景的歸因，在進一步瞭解父母教養風格的呈現與家庭成員間的互動與依附性，包括雙重角色、親子雙方的運動期望，接著探討親子不一致的衝突與協商策略、親子壓力與因應、自我認同，最後再探研究生涯規劃以及體育班的社會網絡與未來建議，並藉由這些研究結果來歸納親子關係對高中棒球員生涯規劃之影響特徵。

第五章研究結論的第一節：結論與反思、第一節：限制與建議。針對第四章的研究結果與發現就本研究問題提出整體的結論並回答研究問題，並延伸研究結果論述異同之處做整理與反思，其次提出本研究可能的研究限制，並對未來在類似議題有參與棒球的學生以及家長提出研究結果的建議。

## 第貳章 文獻探討

本章主要在探討與本研究相關之文獻，全章共分為三節，第一節：親子關係的內涵與互動模式，探討親子關係的理論、親子關係的互動與溝通、親子關係的衝突與轉化；第二節：親子關係對生涯規劃的影響，探討生涯規劃與運動期待、親子關係影響因素、體育班角色概念；第三節：研究焦點與小結。

### 第一節 親子關係的內涵與互動模式

#### 一、親子關係的內涵

親子關係是彼此心理交流的互動歷程，其中也包括父母教養、親子互動、親子溝通的內涵與多元交互的面向。親子關係是個體生命週期中持續時間最長且情感連結最緊密的關係（Birditt et al., 2009）。親子關係可說是父母與子女之間心理上的互動過程，包括相處時的溝通與信任狀況，可以傳遞情感，表達關愛、愛護或溝通彼此的價值觀，親子關係的建立往往與父母的教養有關，良好且正向的教養可讓親子關係穩定、易於溝通，讓家庭成員在溫馨、和諧的環境下生活，親子關係良好者，能感受到親子之間溫暖、信任與支持的態度。Bong（2008）以「感激」、「內疚感」、「親近感」、「衝突」與「尊敬」作為評估親子關係的面向。感激意指子女感受到父母所提供的支持；內疚感表示子女感覺到自己沒有符合父母的期望而產生的內疚程度；親近感為子女感覺他們與父母的親近程度和信任度；衝突則指子女與父母產生衝突經驗的多寡；尊敬表示子女對父母

產生尊崇敬重感覺的程度。親子關係是人生中形成的第一種人際關係，也是家庭中最基本、最重要的一種關係，其適應之好壞，往往影響日後的人際關係及健全的人格發展，它對青少年的社會認知、情感和社會行為的發展具有決定性的影響。

依附理論的概念最初由 Bowlby 於 1969 年提出，成為研究人格和關係發展的理論，主要的概念是嬰兒成長過程中會對主要照顧者發展出強烈和持久的情感連結，稱之為依附關係，而依附關係是孩子與主要照顧者所形成的雙向情感連結，此種關係會發展成情感與認知的內在運作模式，進而影響到成長後的人際關係，Bowlby (1967) 提出的內在運作模式 (internal working model) 是指與主要照顧者的互動型式，這些互動模式對於自我和他人意象分為四種依附類型：安全型依附、焦慮型依附、逃避型依附、排除型依附，安全依附類型自認為自己有價值，而別人也是值得接納、信任的，容易建立或維持親密關係，與人相處融洽，焦慮依附類型對自我是否定的，而對別人則是正向肯定，總覺得別人意見比自己好，需要別人的肯定才能自我肯定，人際關係比較拘謹，喜歡幫助別人，喜歡別人的讚美，逃避依附類型覺得自己是不受別人喜歡的，對於別人也持負向的態度，別人是不能信賴、不可靠的，不願意親近別人以免被拒絕，人際關係疏離，排除依附類型有正向的自我概念，覺得自己很好但卻拒絕別人，認為別人是不可信任的，人際關係中喜歡獨立，一個人自由自在，不喜歡依賴別人，也不喜歡作太多自我表露，四種依附互動模式的心理運作也有所差異，不同的運作模式會影響自我與他人發展的關係，依附理論常用來分類父母與子女彼此關係的品質，和父母撫養方式密切相關，認為早期與主要照顧者依附型式會影響未來甚至延伸到後期包

括青少年時期或成年期的自我與他人關係及心理適應的問題，依附理論主要的觀點是認為青少年如果能與父母形成安全依附關係，會有助其自主性的建立，認為在青少年階段，他們與朋友或同儕的人際關係的品質與型式可說是家庭關係品質與型式的延伸，而且也會延續影響到日後階段的社交和情感能力發展，說明子女與父母關係品質與型態的重要。

「望子成龍，望女成鳳」是華人傳統父母的觀念，也道盡了父母對孩子的期望，而父母是子女的第一個老師，對孩子一生有著莫大的影響。近代華人社會受到西方文化及社會變遷的結果，使得「如何為人父母」的議題受到重視，親職( parenting )與親職效能( parenting effectiveness )因此受到關注，(張再明，2015)。隨著社會與家庭結構變動，親職的意義與內涵也會有所更動，其目的在於增進或改變父母角色的實踐，以協助孩子的發展與能力的培養，並正向影響家庭的滿意度和運作，教養風格是一連串複雜的思考與活動，教養方式涵意較廣包含了父母對子女的管教態度及管教行為。楊國樞(1986)指出父母的管教包含態度層次及行為層次，其中態度層次為教養子女時所持有之認知、情感及行為意圖，即所謂的教養信念，父母的實際教養行為，通常展現在提供給子女的學習環境上。父母提供子女的學習環境，扮演著子女發展的關鍵角色(周新富，2006)。父母在學習環境的提供，與背後父母的教養信念是相互連結的，父母在家庭中提供子女不同學習環境的刺激來源，以及在心理的支持，此安排即為家庭學習環境，父母照顧子女的生活需求，以及訓練、教導或給予紀律，引導子女正確的行為，是一種父母的教養實際行為，家庭教養風格可能影響子女的社交及行為發展，也因為家長教養信念不同，就會呈現出不同的教養價值

與風格，家庭是教育的第一現場，父母的教養風格可展現出每個家庭的核心文化與價值。

Darling 與 Steinberg (1993) 指出，父母的教養方式直接影響子女的行為及思想等發展，但除了父母的教養方式會影響子女的行為外，社會支持亦會以兩種方式影響行為，一是以直接方式影響行為，如鼓勵、提供訊息及增強物，刺激個人行為和保持行為，二是間接修正影響行為的中介因子。姜逸群、黃雅文與連海生 (2000) 的研究建議提到，在建立學生健康行為時，教育策略上除了傳統的健康教育內涵外，宜考慮父母教養方式、家庭支持等相關之內涵。社會支持在行為表現上確實有影響力，其中來自家人在精神與行為的支持最為重要，因此父母在家庭中扮演的各項社會支持包括讚美、鼓勵或一同參與運動，皆可能影響學生棒球員生理及心理層次的關鍵。林本源與邱金松 (2003) 指出「體育態度」的定義為：個人對於學校體育課的實施，在「認知」、「情感」以及「意向行為」等三個態度層面表現出不同程度的評價。也就是說學生對於學校體育所持有正面或是負面的態度，將是影響日後參與運動的重要指標，態度是影響參與運動的重要關鍵。左占偉與石岩 (2005) 對 549 名國中生所做的問卷調查發現，父母教養方式積極的受訪者，其心理健康狀態相對較好。顏綵思與魏麗敏 (2005) 指出，自我概念及同儕行為會受到父母教養方式的影響。家庭支持對於子女具有影響力，父母親的社經地位與管教方式都會影響到子女的信念、態度和行為 (廖主民、李玉琳，2005)。父母教養方式與運動社會支持對於子女的體育態度之影響，將反應在子女的運動行為上 (徐維辰、邱文信，2008)。文獻皆指出父母教養與家庭支持的重要性，尤其在少子化的社會，有的孩子可能只

有一個兄弟姊妹，獨生子女成長之後經常在提起童年時，不約而同地使用了「寂寞」這個詞，分析寂寞可說是親密關係歸屬感的需求，如果沒有達成寂寞的因應，則演變為童年成長的議題，未來子女在運動態度的培養與信念，父母的教養風格佔據重要的影響力。

## 二、親子關係的互動與溝通

根據 Bandura (1977) 發現自我效能對學習行為的影響，孩童對自我的概念越有信心，越有行為控制能力，自我效能是個人對於達成特定任務的能力和信念，是個人對自我概念的認知系統，個人如何評價自己的心理過程，也可以說是一個人的自信心，自信心是運動員良好的心理素質和健康個性的組成部分，亦會影響在運動上投注的心力，父母具體的稱讚與鼓勵、寬鬆適宜的家庭氛圍與教養方式與互動，子女才能感受到自我價值的重要性，從而提升子女面對困難與挫折，與堅持達到運動任務的能力，在運動中更能有自信展現與挑戰。影響運動選手參與運動或是從事運動的因素很多，但社會支持一直都是扮一個非常重要的角色(胡凱揚, 2017)。Kenyon 與 McPherson (1973) 從奧運選手社會化經驗的研究中發現，所有受訪者都在年紀很小的時候，就開始接觸運動，早期即來自家庭的鼓勵(引自陳燕雪、張家銘、楊孟華, 2011)。對於一個學生棒球員來說，當運動生涯中面臨瓶頸、低潮、困難或抉擇時，往往身邊最親近的人會成為最具影響力的關鍵，在心理學上通常稱之為「重要他人」，而家人成為這個重要他人的比例相當高，尤其學齡階段的學生棒球員大部分還是依靠家人與親情所提供的支持。

根據觀察學習理論 (Bandura, 1977)，父母有可能會像角色楷模來影響子女的信念及行為。父母如果表現出喜愛、享受運動參與的正面情感，子女將透過替代性的情感學習獲得對於運動這件事的正面態度和情感，實際從事運動的可能性也相對提高，父母也可能透過角色楷模的示範去傳達信念並影響子女的認知、情緒及行為，子女透過與父母正向互動的行為，產生信心與能力感，對於子女投入運動情境也會感到有信心並願意挑戰與嘗試，自信心可以經由任務、練習來加以建立，孩童時期透過與父母互動給予的簡單任務、回饋表現來增加信心感，當然父母只是建構子女信心來源的其中一環，子女的想法、感覺與行為若能相互關聯，在運動表現上越有可能感到有自信，在球類運動的情境與過程中，需要與教練和隊員互動，過程感受愉快並體驗到較高的樂趣，對於發展社會技巧的能力也會增加。黃崇儒、余雅婷與洪聰敏 (2014) 指出父母的支持似乎與運動成就、年齡之間有所關聯，隨著運動員的成就漸增和更加成熟獨立，父母親的角色也會由干涉轉換為支持。可見家庭對子女運動行為與態度具有關鍵的影響地位，也就是說父母在學生棒球球員心理上的介入或是行為上的介入都可能影響學生棒球球員對參與運動的反應。王亭文與盧俊宏 (2014) 在探討父母兼任教練的雙重角色的回顧性論文中也提到父母角色，水能載舟，亦能覆舟。父母受到個人背景以及社會文化因素的影響，產生不同的教養風格進而影響學生棒球球員在運動參與的動機與價值信念，家長教養風格對學生運動員在成長階段生理與心理及社會技巧能力的養成有其影響力，其中父母教育態度、父母期望過高、父母本身教育程度、家庭經濟條件、拿子女成績比較、強迫學習、父母管教方式，正負面的因素可能會形成對學生棒球

員的壓力，進而產生親子衝突，顯現父母教養介入其深度也具有正反兩面之影響力。

Eccles(1983)提出期望價值理論，主要是以一個綜合性的觀點來解釋個體在不同的領域中，他們的成就行為及活動選擇的變化歷程，受到社會文化因素影響個人參與活動的動機，顯示重要他人如父母、同儕、教練等的信念及行為對於兒童參與運動的動機的影響。社會文化因素其中就包含父母，父母的期望就會影響學生棒球員在運動領域的行為與選擇，父母傳達的互動經驗以及對運動的解讀，影響子女對運動的參與程度，子女參與運動情境中產生的勝任感，亦能增加個人自信心的建立，因此父母在子女的運動參與過程中所展現的行為或是傳達的信念，除了影響子女本身如何看待自己的運動能力或是情緒反應外，也影響了子女對於參與運動的成功期望及價值的評估。Eccles(1998)認為父母影響主要透過三個管道：父母作為角色楷模、經驗的詮釋者及經驗的提供者，以影響子女對運動的信念和行為，父母對子女成長與發展中運動參與動機、態度、價值、信念、習慣、成就期待皆發揮其影響，經驗的提供者說明的是父母提供了什麼給子女，進而影響到子女的運動信念，也就是說，子女的運動行為及價值可能會受到父母提供兒童參與運動的資源及時間，以及評價及訊息的傳遞而產生影響力，運動員的生理、心理、社會發展是跟成長階段同步發展建立的，父母教養風格與社會支持皆扮演建構子女運動信念的關鍵。

交談與溝通有助於維持人與人之間的關係，更是維繫家庭親子關係最重要的核心，家庭是第一個能夠培養孩子面對面溝通能力的地方，過程中也在一步步的建立親子之間的信任感。郭靜晃、邱貴玲與賴宏昇（2021）提到家庭溝通越高、支持良

好、親密度高，家庭矛盾衝突越少，但父母的支持越高相對的也造成青少年的壓力。良好的溝通在人際關係中有其重要性，親子關係溝通不好，不但彼此之間不快樂和缺乏滿足之感，反而會增加相互的矛盾與衝突，甚至於人際關係的退縮，若父母與青少年無法常常進一步溝通時，家庭衝突就由此而生，在青少年階段與家長關係穩定，將會避免很多情緒上、行為上的問題。父母的性格、態度、價值觀才是對親子關係產生影響的重要關鍵（黃澄倩、連淑錦，2021）。青少年時期是一個很重要的成長階段，不僅是個人進入成年的過渡期，也是一個人尋求自我認同的重要過程，在這個時期所形成的價值觀及行為模式，對未來的發展都有深厚的影響。

### 三、親子關係的衝突與轉化

家長與學生棒球員在親子互動下，可能呈現父母所期待的目標與學生棒球員面臨現實的落差與不符，進而產生親子意見不一致、負向溝通、情緒不滿、雙方對立的現象，導致親子關係的不安與衝突，父母與小孩溝通的方式以及父母管教小孩的方式，亦是親子衝突重要的來源，若親子雙方在衝突過程中能有效發展協商策略與因應行為，在衝突中能讓彼此學習到問題解決的能力與人際溝通技巧，親子協商可說是扮演家庭關係平衡重要的一環。若由社會心理發展階段的角度觀之，青少年時期的主要發展任務是建立自我認同（Erikson, 1963）。在學生棒球員階段中重要的發展任務便是自我認同，包含自主性、角色認定、與生涯決定等的自我認同追尋，青少年因為生理與心理逐漸成熟過程，開始傾向重視同儕等眾多因素結合，與父母經常彼此意見不一致，若是父母無法因應學生棒球員自主與親密

的需求課題，彼此調適與適應，就容易造成親子衝突，對學生棒球員會產生角色混淆而迷失自我的方向，顯現青少年在追尋自我認同過程中，面臨向父母爭取自主權與維繫親子聯結兩種基本心理需求的相互矛盾。王亭文與劉佳哲（2020）研究中指出，父母抱持的競技運動信念可能會受父母的競技運動經驗、社經地位，或是受到臺灣競技運動文化，如：升學導向、一技之長等所影響，進而可能對孩子競技運動信念與行為造成影響。教養風格的形成除了跟父母的教養方式有關之外，同時也跟社會文化的教育脈絡有關，在華人的社會文化中唯有讀書高是長久以來的文化根基，因此主導台灣教育多年的就是智育成績，智育也和未來的升學結合，家長擔心學生棒球員的運動表現影響到之後的升學與生涯進路，亦成了學生與家長共同面對的重大議題與壓力。

Lauer 等（2010）探究父母對孩童運動發展的負向行為包含：過度逼迫、負面評論、過度涉入、過度強調勝利與控制、父母/教練議題、培育依賴、無效與負向溝通、較差的決策能力、情緒反應與困擾。在教育領域研究也指出，過度積極參與子女生活的家長，其教養方式會造成子女低挫折容忍度、過度依賴、缺乏責任感、課業壓力等反應，因此家長不僅注重學生棒球員的運動表現，同時須協助學生棒球員在課業學習兩者之間維持平衡的認知觀點，學生棒球員在面對這些壓力的時候，大致上會出現情緒低落，且會有逃避的行為，想法上會較傾向負面的思考，在親子之間因為負面情緒而容易產生衝突。林子文、邱逸翔、楊瑞珠與程瑞福（2017）研究結果發現運動員不論在練習或是在比賽當中都會面臨許多社會壓力，從父母、教練、隊友到比賽中的裁判或觀眾都會讓運動員感受極大的壓力，也直

接造成運動員本身產生許多不佳的情緒、行為及認知表現。學生棒球員即便有不同的自我期待，在家庭壓力下也可能壓抑自我，不敢正面溝通因此內心累積埋怨，而家長內心想著我都是為了你好，最後卻被學生棒球員指責為直升機父母或是虎爸或虎媽，父母心裡自然也是委屈，家長若期望子女能代替自己未完成的夢想或期待，透過運動成就延續家庭優勢地位或是翻轉家庭劣勢，造成家長對學生棒球員的投射心理，導致學生棒球員在競技運動中抱持社會地位的追求與認同，當學生棒球員無法滿足家長對競技運動表現的期望，家長與學生棒球員則容易產生負向的親子互動與衝突。

西方學者經常將青春期視為親子關係中的「暴風和壓力」時期（Arnett, 1999）。青少年發展階段的過程中除了面對生理上的快速改變，在心理發展上也從追求安全感的兒童期進入獨立自主的成年期，處於自我認同與自我概念的統整階段，社會發展也開始扮演越來越多的角色，可以說是自主權與親密感的心理掙扎，親子衝突議題也多半在青少年階段。華人文化極為強調盡義務的積極意義，縱使父母的教養行為易引發子女不滿的情緒，但子女通常會正面詮釋父母行為背後的意涵（吳明燁，2016）。華人文化的子女似乎更能以正向角度詮釋親子衝突，隨著少子化與民主化潮流，父母權威逐漸改變，父母多採取以尊重、陪伴、鼓勵等方式與子女互動，親子關係在青少年時期轉為平輩的朋友關係，在情感交流互動下拉近青少年對父母的親近感。親子衝突不是親子關係中獨立的片段，而是鑲嵌在一系列親子互動裡的動態歷程中（陳思宇，2019）。親子關係的衝突議題有機會在過程中表達、聆聽及理解，促使親子雙方產生新的理解與認識，讓親子雙方拉出不同的視角，親子關係從衝突

回歸到關係的凝聚，親子關係成為正向改變的發展（陳祥美、李瑞典，2021）。父母與子女之間不可能沒有衝突，雙方該學習的是如何面對、處理衝突，特別是對於衝突的原因，以及和解歷程的協商與討論，親子關係有時候會讓人受傷，關係和解後也可以讓人有所成長。

過去既有文獻多以負面態度來看待親子衝突現象，較少從正面積極的角度重新檢視親子衝突可能帶來的建設性功能，儘管青少年與父母關係在權力結構與資源的不對等，親子衝突往往在居於弱勢的青少年子女造成負面影響。柯麗卿（2008）研究發現，資優家庭有四個教養特質因素，分別為：正向積極的教育觀、高度適切的期望、關懷鼓勵的態度、豐富的教養環境等。學生棒球員與家長的不同角色是能彼此增強與互惠的，價值態度大多是在日常生活中與重要他人溝通與相處的過程中逐漸形塑，在親子衝突中可發展出正向力量的來源，同樣有利於雙方的成長及發展。葉光輝（2012）提出建設性親子衝突，指青少年時期親子衝突現象的整體進程中，因親子雙方在衝突互動中表現出某些正向行為或策略，使各自的意見、需求與情緒得到適當的關注與解決，進而逐步調適雙方在親子角色與關係互動模式朝更成熟的方向發展。既然衝突是親子長期互動過程中自然會經驗到的現象，因此衝突未必是破壞親子關係造成親子衝突壓力的兇手，負面情緒才是關鍵催化劑，假若沒有負面情緒的引燃，衝突未必會帶來巨大傷害，例如在西方競技運動中子女輸球後，家長可能是以鼓勵的方式來協助子女運動發展，然而同樣的狀況，東方的父母可能是以責罵子女，來促使他們反省或前進，因此家長與學生棒球員能正向的看待情境避免負面評價，把衝突轉化成對話的機會，也就更容易緩

解親子雙方的負面情緒，親子爭執當下難免心煩意亂及憤怒難過，當情緒產生後親子雙方如何排解負面情緒，也就是處理親子衝突的情緒因應策略，之後以何種態度或方式面對衝突與進行協商，並理解親子衝突的運作歷程，讓學生棒球員與家長雙方都能從衝突互動歷程中有所成長與收獲，促進未來對親子關係實務的應用價值。

家長在學生棒球員發展過程中，傳達價值、規範、知識與期望給予，然而家長的期望並非越高越好，親子之間彼此認同的期望才是引導學生棒球員建立運動成就與生涯規劃目標的關鍵，親子之間一致性的期望，通常可以避免家庭衝突與目標矛盾，換言之，倘若學生棒球員與家長面對衝突情境時採取的是忍耐、壓抑、順從或是迴避，那麼這樣的因應模式對親子互動關係或家庭運作功能可能產生不良的影響，造就日後更大的壓力衝突。因著自己教育觀形成的主觀脈絡性，也才開拓了新的可能性進行轉化與調整（張淑媚，2020）。教育觀點是有限而主觀的，那麼身為家長就會為自己開展出新的可能空間與觀點，在親子關係中逐步去調整與轉化自己的教育觀念，若父母不隨之調整教養方式，親子衝突便一觸即發，親子衝突在當下雖然顯現為一種負面效應，但這些衝突互動中仍具有某些功能性，進而突顯問題存在，並覺察自己的需求或雙方彼此的需求差異，幫助彼此確認自己所重視的原則與想法，另一方面若是家長能以開放的心看待衝突，反而給出一個親子彼此對話的空間，讓衝突在時間之中轉化成正向的相互理解與接納。王櫻芬(2020)將青少年採用的因應策略分為正向策略和負向策略兩大向度，正向策略包括解決問題策略、暫時擱置策略、改變策略和尋求支持策略，負向為避免逃避策略，包含減少壓抑逃避、減少負

向情緒、減少攻擊他人。因應策略針對所遭遇的問題進行分析，採取適當的計畫解決問題，或針對被問題引發的情緒，採取降低壓力因應、觀察事件發展態勢再採取行動，或是找出事情正向一面等因應策略，家長了解青少年在此階段的發展需求，能敏感地予以回應，尊重孩子的意見，表達對孩子的正向情感，訂定清楚的規則和期待，並且在雙方意見同時能夠開放地溝通協調，透過這樣具備依附敏感度的正向積極親子互動方式，使青少年形成更為安全的雙親依附關係，應能間接促進青少年未來的生涯適應。

## 第二節 親子關係對生涯規劃的影響

### 一、生涯規劃與運動期待

Ivancevich 與 Glueck (1979) 認為，生涯不只是工作，而是在工作生活中，所從事與生活相關經驗的關聯順序。1980 年代後，學者則將自我發展的概念引入生涯中，生涯不只是工作、工作態度及動機，還包含了個人成長、生活意義與個人價值和期望。Marcia (1980) 強調個體在對各種議題與價值，包括：政治、職業、宗教、親密關係、友情、性別角色等，做出選擇與承諾，逐漸發展自我認同。生涯規劃即指一個人對生涯過程的安排，在這一安排下，個人依計劃要點，在短期內充分發揮自我潛能，運用環境資源已達到各種階段的生涯成熟，最終達成既定的生涯目標 (張添洲，1993)。隨著生涯階段發展，個體自我概念逐漸發展成熟，包含一生各種角色，與個人在一生中的生命經驗與歷程 (吳芝儀，2000；郭萱瑞，2012)。生涯規劃就是指針對人們的生活當中對於各種活動的設定目標後，以

適當的方式來實現自己的夢想（吳英仲，2012）。綜合前述，隨著「生涯」字詞定義的擴大及延伸，生涯被視為是一個連續不間斷的生命歷程，而在生涯探索的過程會面對各種不確定性與多元挑戰，如何做出妥善及對自己最有意義的選擇。

本研究的生涯規劃是指學生棒球員的成長歷程，在各階段角色的扮演與自我概念，透過自身能力妥善規畫進而達到目標的安排，促使學生棒球員了解生涯規劃是一個終身的歷程，運動選手生涯的短暫與現實，在求學階段就必須做好生涯規劃，包括升學與就業發展方向，運動生涯是學生棒球員在自願選擇下從事多年的競技棒球或社團棒球，在運動中能夠達到個人表現期望，生涯規劃需要透過學習與指引的方式進行，其學習過程包含家庭的影響、生活經驗的累積、以及學校教育，也可能透過有經驗的重要他人如父母、教練、同儕，在生涯規畫中找到自己的人生目標。Blustein 等（1995）發現安全的依附關係能促進青少年更積極地進行生涯探索與生涯決定。也就是說父母支持的關係可以擴充到同等家庭外的人際關係，像是教練、同儕等，而重要他人的支持關係的品質進而對學生棒球員的生涯發展決策產生重要之影響力。

學生運動員所面臨的問題除了運動訓練和競賽成績的壓力外，還有課業學習上的問題（季力康，2000）。學生棒球員應該體認到訓練並非唯一的事情，在學期間基礎學科的養成教育是往後生涯發展能否順遂的重要一環，為何刻板印象「頭腦簡單，四肢發達」的觀念仍然存在呢？這樣的刻板觀念是否意味著學科與術科的學習無法兼備的想法。李殷如與許雅雯（2018）研究結果發現這些學生運動員很明確地感受到他人，包含教師、指導員和同儕將自己歸類在學生運動員族群中，且對於自己所

處的群體有較低的學業表現期待。學生棒球員必須花費大量時間和精力在訓練與競賽中，因此加劇了他們在學業適應上的困難，長久以來整體社會氛圍對學生棒球員的學業表現持有負面刻板印象，對學生棒球員而言，面臨學科與術科的學習挑戰，學科要求認知理解與記憶的認知能力，而術科需要神經協調與肌力的身體能力，在學生棒球員的生活情境中，考試與競賽同時提供了表現個人能力的機會，學生棒球員在個人擅長的領域中展現，競技運動的能力就是價值的展現，對於術科與學科的學習目標取向有所差異，學生棒球員展現不同的目標信念也形成值得探討的研究議題。

本研究提取父母對於子女的運動期待，亦指父母對子女在運動成就的期望態度，過去父母認為子女有良好的表現，才有成就感的現象，在當代社會父母教養信念中，是否愈重視子女的人格發展，較不重視能力成就，多數父母似乎不再認為子女有傑出的學業表現父母才有成就。葉重新（2004）認為，家長期望過高的個案，容易產生焦慮不安，反抗權威的心理。因此家長者應該視子女的能力，給予子女適當的期望，由次可見父母的期望不應該過度並且超過子女的能力範圍，以免造成子女心理太大的壓力，進而造成親子關係的緊張。Davis-Kean(2005)表示父母的教育期望會透過父母的信念和行為，影響著孩子的學業成就，也因此家長的能力形成正確的信念以及對孩子的期望是不可少的家庭結構。不同社會階級文化形成不同的價值體系，對子女有不同的成就期望，進而影響其教養行為(姜添輝，2005)。在核心家庭中父母是子女最早也是最主要接觸的對象，父母的教養方式是一種親子間交互作用的歷程，父母的教養方式也就更直接地影響子女的行為與人格發展。

運動員同時扮演學生與選手的雙重角色，受到來自父母、學校及社會各方不同的期望（鄭志富，2010）。華人家庭對子女的生涯發展除了支持性角色，更多了來自對子女角色義務的期待，在文化情境中有多重涵義。賴雅馨與廖主民（2008）指出父親及母親對兒童的運動期望及價值信念都能預測兒童自己對運動的期望價值信念。學生棒球員如何與重要他人發展關係，隨著年齡增長與家庭、同儕、和教練的關係會產生變化，通常青少年時期，父母與教練會在生活中扮演著最重要的角色，隨著年齡增長，以及在各個階段的學業發展與生涯轉換，學生棒球員與重要他人的影響皆有相關性。成功運動員回顧其年輕時期的運動生涯轉換時，都表示曾經歷經到一些困難和壓力，起因是來自父母、教練、同儕、和自我的高度期待，有時會因此考慮結束運動生涯（Stambulova, 2000）。父母在孩童及青少年參與運動中所扮演的角色，被認為是影響孩童及青少年運動參與的重要因素之一，過去許多的研究發現父母對於兒童參與運動的信念及行為有顯著的影響力，在學生棒球員社會化階段過程中，與之最親密的環境莫過於家庭，父母扮演的角色有一定的影響力，也必須隨著每個發展階段做出調整。影響發展的機制可以反映在父母的心態與期待中，深化在學生運動員的想法與價值觀，進而影響學生運動員的生涯決策與發展方向（張春興，2004）。父母角色像是背後的推手，扮演著默默助攻卻無法直接出面得分的場外人，家長在學生棒球員時期背負很大的責任即是支持與陪伴。國、高中時期是運動員生涯發展的過渡階段，在各階段的生涯轉換中，不僅應關注在其所面臨的運動生涯，同時也要關注各種生活領域的順利轉換（心理、社會、學術、職業等），須強調各發展面向對運動員生涯轉換的重要性，

而非只專注於運動（Wylleman, Alfermann, & Lavallee, 2004）。家長可陪伴與鼓勵接觸較多元的生涯計畫，避免學生棒球員受限於刻板印象窄化其未來生涯選擇。

## 二、親子關係影響因素

美國心理學家高普尼克（Alison Gopnik）用園丁與木匠來比喻兩種不同的教養風格，木匠的教養觀念是父母在教養過程中企圖幫子女選擇最牢靠的路徑與模式，以父母的框架與視角做為標竿，園丁的教養觀念是父母依子女特性做順勢發展的支持，企圖幫子女搭鷹架讓子女往自己想要的方向發展。黃拓榮（1997）研究亦顯示，父母採用「開明權威」的教養方式最有利，子女有正確的認同對象亦能清楚的了解父母對自己的期望水準，並藉由彼此交互溝通，建立或修正期望上之差距，進而達到彼此之認同。因此父母對子女的教養方式，其實就是父母對子女期望的一種投射，其對於日後身心發展與社會適應形成深遠的影響。何慧敏（2006）指出對於教養方式的見解，總結以能溝通及關懷、接納的民主式教養行為最受到肯定與鼓勵，因為即使在不同的家庭結構、社經地位及種族，皆具有其類推性。親子關係是一個錯綜複雜的親子交往歷程，影響親子關係的因素很多，父母的社會文化環境因素，如社經地位、宗教信仰、家庭結構等方面影響父母對子女的教養態度，另一方面，也影響子女的動機、態度、行為方式和成就。

孩子在一個家庭系統內的自我感知，有助於孩子確認跟家庭系統的關係既是分離的又是參與的（廖永靜，2015）。無論是少子化的現代家庭或是擁有多個子女的家庭，子女未成年之前皆非常需要父母的關注。家庭也如同一個小型社會，它提供了

成員面對面的互動、情感的聯結，且創造出家庭成員擁有的共同過去（劉瓊瑛，2002）。學生棒球員除了運動才能的發展需要被重視外，其他生活面向的發展也必須加以考量，父母對子女的親職責任可概括分為兩大類：一是養育的責任，另者是管教的責任，養育責任是指父母必須為未成年子女提供生存與生活的必需，包括醫療、教育等方面的幫助，管教責任是指父母必須採取適當的行為來監督及規範子女，因此家庭教育在其中扮演重要地位。父母以其親職風格教養子女、控制子女、影響子女的方式，大致分為民主開明式的父母、權威開明式的父母、寵溺型的父母以及忽視型的父母（王凡衣，2021）。若父母對子女提供管教與規範的目的沒有自我釐清，這樣的父母往往自詡與孩子做朋友，卻採取放任、放縱及不作為的管教，實則誤會了教養的效能及忽略了父母責任的積極意涵，而親職風格即是父母平常教養子女的所有作為與不作為，大致可歸類成身體的照顧、經濟上的提供、管教孩子的言行、社會化發展、心靈與情緒的支持，父母周全的愛，成為孩子健康安全的成長鷹架，彼此是相互了解與支持的人生夥伴，在適當的時刻適當地信任放手，才是明智成熟的父母親職展現，領悟到唯有從幼兒出生的家庭教育著手培養素質，建構其生命深度與文化資本，得以讓子女面對未來的生活環境，父母教養風格的調適、自我覺察、家庭意義依然能夠繼續的探尋與擴充。

社經地位（SES）是一個家庭擁有的資源與財產（Bradley & Corwyn, 2002）。不同階級的父母在運用文化資源時管道有所不均，不僅形塑他們教養行為的差異，也影響子女在改革中教育體制裡的生命機會（藍佩嘉，2014）。顯示世代觀念的改變，教養信念也隨時代變遷而產生變化，社經地位是影響父母與子女

間親子關係的重要因素之一。王震武與林文瑛（1995）的研究結果強調，學歷愈高的父母，愈重視子女的人格發展，在成就方面則愈不重視。劉慈惠（2001）也指出臺灣父母受到西方文化的影響，也開始嘗試以傾聽、讚美、擁抱來表達關懷。父母社經地位愈高，教養信念愈不傾向嚴管（陳美姿、周麗端，2020）。父母愈不傾向嚴格教養，就較偏向開明權威的教養態度，現代父母的教養信念已逐漸改變，而非以控制或順從為導向，更加重視子女人格的發展，當學生棒球員擁有高社會支持時，也就是擁有較多情緒性的關懷、安慰、尊重，以及工具性的金錢物質，或是訊息性建議的支援，透過這些社會資源或是家庭資源的挹注，應會強化學生棒球員生涯適應，並增加對未來工作與自身競爭力的認識。

傳統以來，運動與教育一直被視為是社會流動的主要途徑，對某些人而言更是掙脫貧困的手段（Jarvie, 2008）。從階級的觀點來看，不同階級地位的運動參與程度及目的上會有所不同，長久以來，運動對於出生低社經地位的人來說，從運動公平競爭獲取報酬的特性，被認為是低社經地位或是弱勢族群，向上做社會階級流動的有效管道，就如同利用讀書的途徑達成社會階層的流動，對於學生棒球員而言，參考前輩的生涯發展路徑做選擇，或是接受社會期待的安排，似乎成為一種簡單的生涯發展路徑，然而隨著時代的變遷影響生涯發展的可能性，我們必須思考是否還能套用同樣公式在當前的學生棒球員身上，學生棒球員除了運動競技表現外，更應該重視非專業課程的學習經驗，期許自我能在兩者間取得平衡，親子關係的溝通可以幫助學生棒球員學習做好時間管理、嘗試自主學習、增加人際交

流與互動、討論生涯發展的議題，進而為自己培育成學術及競技表現兼備的全方位運動員，以增加未來生涯發展的競爭力。

「少子化」一詞源自於日本，1990年代，日本首先以「少子化對策」來定調因工業化面臨家庭、生育與工作之間的衝突，而產生的「少子化」現象（林淑芬，2008）。指因出生率下降而造成出生數減少，進而產生幼年人口減少的現象。根據 Blake（1985）所提的「資源稀釋理論」，家庭中子女數越多，家中的教育資源越會被稀釋。也就是說父母的時間與精力有限，當家庭子女人數越多，則每位子女獲得父母的關心與幫助越少，若子女數只有一個或二個，家長會花費較多時間與精力關注，對於孩子的教育期望或運動期望也會有所不同，少子化現象已經是目目前台灣家庭普遍的情況，世界人口綜述（World Population Review）網站列出 2019 年的各國出生率排名，在全球 200 個國家中，台灣排最後一名，平均每個婦女僅生下 1.218 個孩子，出生率墊底（台灣新聞，2019）。根據內政部戶政司全球資訊網年度出生率統計，觀察台灣近 20 年出生率變化，2001 出生率 11.65% 到 2011 年出生率 8.48%，至 2020 年出生率 7.01%，顯示人口逐漸負成長並進入少子化趨勢，在少子化時代下每位孩子都成為家庭呵護的寶，導致過度疼愛與捨不得，新生代子女常是以自我為中心、不懂得體恤、缺乏生活自理的能力等。當父母對孩子產生過度的關心，或是對孩子的未來過早的擔心，孩子的每件事情都想要清楚的掌握而變成過度的介入，就如同不斷盤旋在孩子上空的直昇機般，這就是所謂的直昇機父母（李雪莉，2007）。過度介入孩子的一切，對孩子的未來產生深刻或是負面的影響，形成過度介入與過度焦慮的父母教養方式，在

少子女化的時代，父母能給予孩子的資源遠比過去的家庭組成夾帶更充裕的資源挹注。

伴隨少子化而來的焦慮，家族將關注點全集中在少數孩子身上，導致父母濃厚的不安與比較，那是好幾倍的期待與壓力（嚴春財，2009）。過度關注使得家庭親子關係變得緊張，誤以為愛孩子就要為孩子掃除一切人生的障礙，家庭的價值是在幫助孩子找到重要的自我價值，父母關心與擔心孩子，甚至深入瞭解孩子生活狀況都是正常的，只是拿捏的技巧必須恰當，因為過多的關心與擔心，對孩子來說，可能會成為其成長與學習上的阻礙，不可否認地父母愛護子女是一種本能，也是種天職，但可能由於在生活上過度保護，使孩子失去抗壓能力無法獨立自主，少子化反映出的是家庭結構的問題與隱憂，家庭社經地位的差異反映出不同型態的生活方式與條件，形成父母對教養子女不同看法與價值觀並進而影響父母的教養方式，不同階級的父母對於教養的認知不同，也進而影響教養方式的資源與分配。

親職在家人關係之紐帶、依附、教養、資源運用等發展層面則是不可或缺的元素（王凡衣，2021）。身為提供親情互動和親職需求的父母角色，如何發揮適當的教養風格與親職效能催化親子之間的關係，是身為父母親思考和學習的重要課題，少子化現象間接造成家庭結構窄化，獨生子女比例增加，家庭成員數減少，使家庭照護功能減弱（呂怡蓓、王鳳玉，2011）。同時在少子化的情況下，家有獨生子女的家庭也逐漸增加，獨生子女的教養困境更需要被關注，過去社會對於獨生子女總存在著負面觀感。王鍾和（2001）也指出獨生子女在適應或人格上出現的問題，關鍵還是決定於父母的教養方式和態度。袁儷綺

(2002) 提出與父母親的依附關係中，獨生學童優於非獨生學童，也由於從小受父母關愛，易產生較強之優越感和自信，自信來自於與父母關係的穩固。因為獨生子女會受到本身的特質、父母的教養態度、家庭與環境等因素影響而有其不同的發展(陳曉楓，2004)，顯示子女從小與父母關係的品質，與父母教養風格對個人特質的影響性。賴佳琪(2006)指出獨生子女學業失敗容忍力明顯較低、人際問題解決態度明顯較劣。獨生子女的言語理解與記憶、一般常識、詞彙、空間關係和數學的得分也較優(高淑清，2008)。可見少子女現象並非刻板印象所呈現，在家庭資源的滋養下，他們也擁有其得天獨厚的優勢，子女與生俱來之特質關鍵在於家庭關係的養成，或是所處的成長環境和接受的教育不同而導致，因此父母們要避免的是竭盡所能地滿足子女的需求，不論是少子化或是多子化家庭，我們都應向下扎根，從家庭教育做起親情互動與良好的親子關係。

### 三、體育班與棒球生涯

本研究所指學生運動員是一邊求學，一邊又是學校棒球代表隊運動選手的角色，在臺灣的教育制度，學生運動員要兼顧學科，又必須花許多時間練習競技運動領域裡的術科，根據 12 年國民基本教育體育班體育專業科目領域課程綱要修訂，進行每週節數和學分的限定，也給予特殊需求與適當的課綱修正，運動教育改革放在運動表現與學業表現的平衡，透過學校教育與家庭教育引導學生運動員的生涯規畫方向。教育部體委會(現為體育署)職司全國體育運動事務，早於 1989 年即開始掌理學校棒球運動推廣，以「國家體育建設中程計畫-學生棒球聯賽」為計畫主軸，1994 年，成立「中小學棒球運動聯賽指導委員會」

全責執行我國三級棒球運動聯賽，2003 年推動「改善學生棒球運動方案」，2008 年更提出「促進優質學生棒球運動方案」，亦於 2009 年 12 月 1 日召開「棒球國是座談會」，指示請行政院成立「振興棒球運動專案小組」，教育部體育署遂於 2010 年，核定「振興棒球運動總計畫」，採質量並重的模式，來厚植我國棒球運動根基，目標著重在基層棒球運動人才的培訓與基層棒球隊水準的提昇，這讓棒球運動在學校除了體育活動經費編列有所依據外，更能激勵學校參與運動組隊意願，提高校園運動風氣，讓運動聯賽制度得以逐步建立與推行。教育部於 83 學年度成立「中小學棒球運動聯賽指導委員會」負責推展國小、國中、高中三級學生棒球運動聯賽之規劃與指導，整合三級學生棒球聯賽承辦單位之組織架構、統一執行聯賽事權、節省聯賽經費，並建立完整考核的制度，三級棒球是指國小、國中跟高中三個階段的棒球運動，在台灣又分別稱為少棒、青少棒與青棒，合稱三級棒球。

體育班制度出現於 1998 年，將體育專長學生集中上課，通常是以半天學科，半天術科的方式上課，三級棒球的學生運動員在相似的訓練過程中，又因國家體育政策與社會環境的變遷、棒球隊教練的理念、成員自身的族群身分、家庭背景、球技等因素，進而影響球員打棒球追求的目標。教育部（2013）年指出：學校為建立優秀運動人才一貫培訓體系，應以下列目標設立體育班：一、國民小學體育班：早期發掘具有運動潛能發展之學生，培育具運動參與興趣、多元運動能力、身體及心理均衡發展之運動人才。二、國民中學及高級中等學校體育班：供前一教育階段運動績優學生繼續升學，施以專業體育及運動教育，輔導其適性發展，培育運動專業人才。顯見我國的體育運

動政策以法規化的方式支持體育班的發展，在政府投入資源，學校經營體育班對於學生棒球員在基本學力與運動訓練能不能並進，學生棒球運動在國家教育體制之下，往往面臨球技和課業難以兼顧的難題，與台灣重視升學主義的精神相違背。

體育班在招生及升學制度上的壓力，迫於讓學生運動員先完成運動成就，再追求學業和教育成就，台灣棒球運動的訓練養成，並不為社會大眾所理解，因體育班學生為「學生運動員」，學業還是主軸，但現實體育班學生因為訓練時間而壓縮讀書時間，又因為比賽上課時數不足，導致學科成績與非體育班學生有很大落差，升學競爭力下降且無法建立讀書風氣。教育部體育署（2018）為改善體育班學生學業成就低落問題，教育部體育署配合國民體育法修法，將體育班學生出賽限制納入規範，立法意旨在於避免體育班學生過度訓練及參賽，並解決學業成就低落問題，強化體育班學生輔導工作，落實體育班優化管理。依據教育部體育署 108 學年度學校體育統計年報體育班畢業學生升學狀況：（一）國中部分：國中體育班畢業學生共 6741 人，含繼續升學者 6721 人及無升學者 20 人。整體的升學狀況以進入普通高中職體育班者 2738 人為最多，占整體國中體育班畢業學生人數約 40.62%，其次為進入普通高中職普通班但未繼續訓練 2554 人、進入普通高中職普通班繼續訓練者 1429 人。（二）高中職部分：高中職體育班畢業學生共 3184 人，包含繼續升學者 2681 人、無升學（含出國、就業、其他...等）者 250 人，以及服志願役者 253 人。整體的升學狀況以甄審/甄試/獨招進入大專校院體育運動相關科系 1449 人為最多，占整體高中職體育班畢業學生人數約 45.51%；其次為以甄審/甄試/獨招進入大專校院一般科系（非體育運動相關科系 491 人、依循正常考招管

道進入大專校院體育運動相關科系 379 人、依循正常考招管道進入大專校院一般科系（非體育運動相關科系）362 人。

學生棒球聯盟推廣「國小玩棒球，國中學棒球，高中練棒球，大專愛棒球」，高中棒球走向專業、學校化的定位，並自 81 學年度起舉辦全國高中棒球聯賽，運動成績做為選手升學的依據之一，讓棒球與升學關係更加密切。張宏亮（1995）表示國內針對運動員的升學制度多元暢通，而由運動員生涯發展、學校適應等研究發現，許多運動員學業低落，大學期間常有學業適應不良甚或退學者。面臨升學之際，部分運動員自認學力不如一般生，即便有理想的學校也不敢嘗試挑戰，學生棒球員將心力過度聚焦在追求運動成績，忽略對自身生涯發展的關心與思考，因此大多依循學長求學經驗就讀體育相關科系，影響其學業之關鍵即在於運動員過去的學習經驗。運動員保送制度對其升學具有優勢，卻也因此引申運動員在生涯發展窄化之問題（林尚武，2006）。學生棒球員培育的術科取向有利於升學，重視追求運動成績而忽略其他領域的能力培養，在學習時間分配上導致其課業學習嚴重失衡問題，在角色上學生棒球員同時兼具學生與運動員雙重身份的壓力。

程瑞福（2011）指出各縣市體育班發展成效不一，資源發展特色、文化屬性差異大、體制混亂、人才流失、資源分配不公、學生學業低落等問題，從而影響體育班學生生涯發展與國家運動進步之步調。學生棒球員除了運動能力的發展外，也經歷求學階段的轉換最後進入職場，這過程中個人心理發展、人際關係互動、自我的認同、就業能力及退下運動後的規劃，皆攸關生涯轉換的成敗，適當的生涯輔導可協助統整能力、價值觀，進而確認生涯目標，妥善規劃自己的生涯發展路徑，今日

的孩子正處於高競爭力的社會環境中，多數的父母總會害怕自己的孩子輸在起跑點，在運動場上也存在競爭關係，學校排的是學業名次，球隊拚的是比賽勝負。在目前「重學科、輕術科」的普遍價值觀影響下，就讀體育班的學生往往被視為是一群不會讀書的邊陲弱勢（洪煌佳、唐慧媛，2011）。體育班是我國發展競技體育重點政策之一，然而為爭取競賽成績，體育班學生過度訓練或參加比賽影響正常上課時間，造成體育班學生在課業方面的學業成就低落，學生棒球員面對學業及訓練時間衝突的困境，是目前國內基層培訓運動選手普遍失衡的現象。

洪煌佳與李嘉文（2013）發現超過一半的體育系學生對未來的生涯目標之選擇不具信心，且充滿焦慮。面臨升學或就業的決定，皆會對後續的生涯發展造成重要的影響，使得學生棒球員面對生涯發展議題時普遍感受到壓力，對於如何做出適合自己的生涯選擇更是感到堪憂。運動員從小所處的升學環境加上他人對於運動員的負面刻板印象，都造成運動員生涯轉換困難的重要因素（陳怡帆、程瑞福，2013）。此影響之下學生棒球員出現我只能把球打好、除了打球我什麼都不會的想法，二分法的運動思維不應該作為運動培育的工具與手段，或是學生棒球員的寫照，進而導致學生棒球員在生涯發展的焦慮與擔憂，許多高中時期優秀的運動員希望未來的職涯能夠與運動有所關聯，因而選擇進入大學體育系就讀，並以體育老師為最主要職涯選項，對生涯發展的看法與期待也較為窄化，以至於在學期間對其他職涯領域探索的態度較不積極，此時家長的支持倘若無法滿足學生棒球員生涯選擇上的需求，學生棒球員則對未來的生涯充滿焦慮感，運動選手其生涯規劃發展，以及培養適應社會所需的相關能力，都應於求學階段過程中去體認與探索，

家長的角色可及早協助學生棒球員做生涯規劃與生涯發展觀念的建立與灌輸。

台灣學生棒球員有獨招與甄試升學制度，但現實可能是教練與學校之間默契的通道才是升學路徑，針對學生棒球員的升學依據，主要著力於術科上的表現，教練強調將棒球做為升學工具，在棒球場上爭取好成績上大學，教練認為透過比賽讓大學教練看到球員的表現，才是他們上大學的機會，大部份的選手參與體育績優招生，雖然學校獨招需要學測成績，卻未設定門檻，能否進入這間大學，往往是高中與大學教練之間的默契，決定讓那些球員入學，而教練也會避免讓同位置的選手進入同大學競爭。參加獨立招生的運動績優生遠多於甄審、甄試者（莊清寶，2007）。而獨招又以錢豪君、高三福與黃芳進（2014）指出術科表現重視過去的學習成就、學習經驗及入學方式（指考、甄審、甄試或獨招）等，都可能影響體育系學生的學習動機與態度。體育績優選手的升學管道包括甄審、甄試跟獨招，如果當選國手在國際賽得到優異名次，或是在教育部主辦的全國高中聯賽獲得前八名，可使用甄審與甄試資格，棒球代表隊選手可參與各大專院校體育績優棒球項目的獨立招生考試，因此家長並非不重視課業，而是在瞭解升學條件後，鼓勵學生棒球員把精力集中在術科表現以求取更理想的學校，著重術科成績是學生棒球員在升學辦法上之優勢，卻也造成不良影響。洪煌佳（2019）指出學生運動員需要面臨課業及升學的壓力、缺乏自由運用時間、經濟壓力、滿足他人期待等影響。學生棒球員在雙重壓力的角色，以及學科與術科的不同升學取向，進而導致未來升學的困難性與生涯選擇的侷限性，在運動生涯結束後容易衍生出生活環境適應不佳的議題。

金樹人、林清山與田秀蘭（1989）表示大學生畢業後普遍有「學非所願」及「學用不符」的問題。也就說畢業生對於自己的未來感到焦慮疑惑，不知何去何從。周光明（2008）發現臺灣大學生普遍存在著「就業困境」等問題。學生棒球員的生涯發展優劣，不單只是受到學生棒球員本身的努力而定，亦受到他們所擁有的教育資源多寡影響，若他們擁有較佳的教育抱負、較佳的社會資本、文化資本、財務資本等教育資源支持，則他們的生涯發展就愈佳，對於學生棒球員的生涯發展而言，有部分取決於他們所擁有的教育資源多寡，較佳的家庭資源，也讓他們有機會選擇有別於運動作為競爭出路的方式，然而相關研究也指出，家庭子女數多寡也會稀釋教育資源而產生影響。洪菁苑（2014）針對大學生生涯定向的研究中，也再次強調大學生會考慮自己的特質與價值觀，並評估工作滿足自身價值觀的程度做出選擇。同時大學生運動員還面臨著其他學生沒有的挑戰，包括社會適應、學業困境和職涯發展（黃崇儒等，2014）。青少年正是處於探索自我、定位自我的階段，在進行各種運動或升學生涯選擇的歷程中，個人追求的意義與價值也是重要參考的依據。生涯適應能力的優劣，往往會決定學生運動員在生涯發展與未來職場的表現（吳明翰、林欣慧，2021）。整體來看，高中轉往大學階段往往是學生棒球員技能成熟的巔峰期，同時也是從學校邁入職場的轉換期，對於學生棒球員而言，不僅僅要接受自身技能與表現將會逐步衰退的事實，同時也須面臨身分與環境的轉換，因此提早建構生涯規劃，對個人的意願和能力與角色做釐清，可幫助適應未來的生活轉變。

運動社團在普通班的教育體制下仍能發揮運動專長，多元並進，培養終身運動習慣（李建宏、張家昌，2019）。在社區棒球尚未發展之前，台灣學齡階段的棒球運動發展組織很專一，主要是由教育部成立的學生棒球聯盟，以學校為組隊單位制定競賽規章舉辦聯賽，並挹注補助經費至各級學校來推廣發展，受少子化影響，未來參與棒球運動人數恐下降，為廣增棒球運動人口，政府補助並鼓勵學校棒球社團與社區棒球隊成立，近年來社區棒球如雨後春筍般崛起在台灣各地陸續發芽，而每支社區棒球隊更有其獨特的文化背景與特色資源，社區棒球為社區或社團自行組成非營利為目的棒球隊，對球員資格要求並不嚴格以促進棒球活動為主要目的。王宗吉（1996）指出，社區運動與專業運動之差異在於參加者本身自由度、制度體系水準、社會控制、技術水準四項指標。目前國內社區棒球運動大多與學校作結合發展基層學生棒球之推動，未來趨勢將以發展校園棒球、社區棒球，讓棒球成為生活的一部分為主軸，社區棒球隊的崛起相比在學校體制發展的棒球，更具有普及性與全面性的面向，社區棒球隊展現另一種學生棒球員獨特的風格與家庭結構，追求的成就目標可能不是頂尖的運動員，成就另一種學科與術科兼具的學生棒球員樣貌，展現獨特的內在經驗與多元風格，創立於1939年的威廉波特世界少棒大賽，原先只是希望藉此教導團隊合作與公平競爭的夏令營，世界少棒聯盟在組織章程上寫著：「推展少棒運動最重要目的，是在於協助孩子們鍛鍊身心，培養互助合作、勇氣與忠誠的精神，使其成為一位優秀的公民，而不是一位優秀的運動員」。不論是社區棒球隊或是體育班校隊的學生棒球員，透過運動的情境與歷程，另一個隱性目的皆是能培養或提高學生棒球員的社會意識、社會責任和

社會交往能力，例如：棒球投補與跑壘的指導，不僅需有極佳的溝通默契，還要經常討論對手的打擊優缺點，在比賽中也須利用攻守交替時，針對上一局的投球內容即時檢討並達成共識，在運動中學習運動領導以及團體溝通，甚至是運動衝突的解決能力，這也是棒球隊講求的團體、合作的精神，乍看之下即使是在不同組織性質的學生棒球員，對於投入棒球運動的正向意義是不相違背的。

在生涯發展歷程中，如何調適自我目標與符合家庭期待，往往是華人社會子女所須面對的挑戰(黃光國，2005；楊國樞、葉明華，2005)。針對不同期待的父母，華人子女會發展出不同的因應方式，可見華人父母之期待對子女的生涯選擇具有重要影響(王秀槐，2015)。由此可見，受到傳統文化的影響，家庭關係緊密相繫的影響子女生涯的選擇，如何在個人生涯的選擇發展和家庭的關係中取得平衡，找到社會關係中自身的定位，確實是個人須適應的議題。生活適應是個人與環境上的相互影響而成(楊舜帆、蔡明昌，2014)。學生棒球員在家庭與社會的期望與態度發展出決定生涯之過程，生涯發展的歷程可能依據過去的經驗，以及接觸的環境所產生，這其中包含了個人、家庭、及社會的層面。洪煌佳(2021)指出學生運動員的生涯發展優劣，不單只是受到學生運動員本身的努力而定，而是會受到他們所擁有的教育資源多寡影響。學生棒球員需要花費許多心力來調整兼具運動員及學生的角色，這樣的雙重角色讓學生面臨更多的壓力，若自身無法調適與適應，亦或父母及學校沒有適時給予輔導與關心，學生會面臨身心俱疲的困境，使學生陷入適應困難，這會影響其運動成績表現，甚至影響到其未來生涯發展(王光輝，2007)。學生棒球員若沒有足夠的社會支持

或得到滿足感，勢必造成學生棒球員無法持續運動行為，進而轉離體育班或轉學離開運動團隊導致目標的中斷，學生棒球員在學習過程中花費較多的訓練時間，同時要面對課業壓力遭受挫折與困難，需要從中學習調適心情與壓力的能力，在競技運動中面對的是生理與心理的挑戰，也包括平衡學術和運動能力，父母對學生棒球員若能適當調整成就期望。對子女競技運動成就保持平常心，讓孩子能在最佳的競技運動情境中成長，對其生理、心理與社會層面皆能有更正面的提升（王亭文，2021）。運動員的養成是運動員付出時間、情感、體力與個人意志的累積，透過自身的努力在運動場域中堅毅的攀爬展現生命的歷程。

### 第三節 研究焦點與小結

親子關係是彼此心理交流的互動歷程，其中也包括父母教養、親子互動、親子溝通的內涵與多元交互的面向，親子關係可說是父母與子女之間心理上的互動過程，包括相處時的溝通與信任狀況，可以傳遞情感，表達關愛、愛護或溝通彼此的價值觀，親子關係是一個錯綜複雜的親子交往歷程，影響親子關係的因素很多，父母的社會文化環境因素，如社經地位、宗教信仰、家庭結構等方面影響父母對子女的教養態度，另一方面，也影響子女的動機、態度、行為方式和成就，親子關係的建立往往與父母的教養有關，親子關係是人生中形成的第一種人際關係，也是家庭中最基本、最重要的一種關係，其適應之好壞往往影響日後的人際關係及健全的人格發展，它對青少年的社會認知、情感和社會行為的發展具有決定性的影響，依附關係

是孩子與主要照顧者所形成的雙向情感連結，是指與主要照顧者的互動型式，依附理論常用來分類父母與子女彼此關係的品質，和父母撫養方式密切相關，而且也會延續影響到日後時期的社交和情感能力發展，在認知方面對於自我概念或是人我關係皆牽動對未來的變化、自我期待的追尋、個人生涯的變遷產生不同的解讀，說明學生棒球員與父母關係的品質與型態的重要性。

隨著社會與家庭結構的變動，親職的意義與內涵也會有所更動，目的在於增進父母角色的實踐，以協助孩子的發展與能力的培養，家庭是教育的第一現場也扮演重要地位，即使父母受到不同的個人背景、家庭結構、社經地位、文化因素之影響下，父母對子女的教養方式，其實就是父母對子女期望的一種方式，而教養方式包含了父母對子女的管教態度及管教行為，父母的教養風格展現每個家庭的核心文化與價值，教養風格即是父母平常教育子女的所有作為與不作為，父母在子女的運動參與過程中所展現的管教方式、角色楷模、傳達的信念，影響子女本身如何看待自己的運動能力或是情緒與認知及行為的反應外，也影響到子女對運動的期望及價值的評估，文獻顯示世代觀念的改變，在當代社會父母的教養信念也逐漸產生變化，多數父母似乎不再認為子女有傑出的學業表現才有成就，並非以控制或順從為導向，更加重視子女人格的發展，華人家庭對子女的生涯發展除了支持性角色，更多了來自對子女角色義務的期待，父母的教養方式是一種親子間交互作用的歷程，也直接地影響子女的行為與人格發展，影響運動發展的機制可以反映在父母的心態與期待中，進而影響學生棒球員的生涯決策與發展方向，父母在學生棒球員時期堅負很大的責任，不僅要關

注面臨的運動生涯挑戰，同時也要關注各種生活領域的順利轉換，須強調各發展面向而非只專注於運動，父母可陪伴與鼓勵運動員接觸較多元的生涯規劃，避免運動員受限於刻板印象窄化其未來生涯選擇。

社會支持在行為表現上確實有影響力，其中來自家人在精神與行為的支持最為重要，因此父母在家庭中扮演的各項社會支持包括讚美、鼓勵或一同參與運動，皆可能影響學生棒球員生理及心理層次的關鍵，文獻皆指出親子關係與社會支持皆扮演建構子女運動信念的關鍵，自信心是運動員良好的心理素質和健康個性的組成部分，亦會影響在運動上投注的心力，父母具體的稱讚與鼓勵、寬鬆適宜的家庭氛圍與教養方式與互動，子女才能感受到自我價值的重要性，從而提升子女面對困難與挫折，與堅持達到運動任務的能力，子女透過與父母正向互動的行為建構子女自信心的關鍵，因而產生信心與能力感，對於日後身心發展與生涯適應形成深遠的影響，文獻皆指出父母對子女成長與發展運動參與動機、態度、價值、信念、習慣、成就期待皆發揮其影響力，對於一個學生棒球員來說，當運動生涯中面臨瓶頸、低潮、困難或抉擇時，往往身邊最親近的人會成為最具影響力的關鍵，而家人成為這個重要他人的比例相當高，尤其學齡階段的學生棒球員大部分還是依靠家人與親情所提供的支持。

交談與溝通有助於維持人與人之間的關係，更是維繫家庭親子關係最重要的核心，家庭是第一個能夠培養孩子面對面溝通能力的地方，過程中也在一步步的建立親子之間的信任感，家長與學生棒球員在親子互動下，可能呈現父母所期待的目標，與學生棒球員面臨現實的落差與不符，因而產生親子意見不一

致、負向溝通、情緒不滿、雙方對立的現象，進而導致親子關係的不安與衝突，若親子雙方在衝突過程中能有效發展協商策略與因應行為，在衝突中能讓彼此學習到問題解決的能力與人際溝通技巧，親子協商可說是扮演家庭關係平衡重要的一環，父母與子女之間不可能沒有衝突，雙方該學習的是如何面對、處理衝突，特別是對於衝突的原因，以及和解歷程的協商與討論，親子關係有時候會讓人受傷，關係和解後也可以讓彼此有所成長，親子雙方在衝突互動中表現出某些正向行為或策略，使各自的意見、需求與情緒得到適當的關注與解決，進而逐步調適雙方在親子角色與關係互動模式朝更成熟的方向發展，把衝突轉化成對話的機會，也就更容易緩解親子雙方的負面情緒，促進未來對親子關係實務的應用價值。

青少年發展階段的過程中除了面對生理上的快速改變，在心理發展上也從追求安全感的兒童期進入獨立自主的成年期，處於自我認同與自我概念的統整階段，社會發展也開始扮演越來越多的角色，可以說是自主權與親密感的心理掙扎，若由社會心理發展階段的角度觀之，青少年時期的主要發展任務是建立自我認同，青少年在追尋自我認同過程中，面臨向父母爭取自主權與維繫親子聯結兩種基本心理需求的相互矛盾，運動員不論在練習或是在比賽當中都會面臨許多社會壓力，也直接造成運動員本身產生許多不佳的情緒、行為及認知表現，學生棒球球員因為生理與心理逐漸成熟，並開始發展追求獨立自主的過程，若是父母無法因應學生棒球球員自主性與親密性的需求，進而做出調適與適應，對於親子關係與心理衝擊也影響深遠，學生棒球球員面臨向父母爭取自主權與維繫親子連結的相互矛盾，就容易造成意見不一致與親子衝突的現象，教養風格的形成除

了跟父母的教育方式有關之外，同時也跟社會文化的教育脈絡有關，在華人的社會文化中唯有讀書高是長久以來的文化根基，父母可能順應社會的主流價值而產生親子衝突，成了學生棒球員與家長共同面對的重大議題與壓力，文獻中發現過度積極參與子女生活的家長，在親子間容易因為負面情緒而容易產生衝突與壓力，也直接造成學生棒球員本身產生不佳的情緒、行為及認知表現，學生棒球員即便有不同的自我期待，在家庭壓力下也可能壓抑自我，不敢正面溝通，內心累積對家長的埋怨，家長對於學生棒球員在競技運動透過運動成就翻轉家庭劣勢或是代替夢想造成投射心裡，當學生棒球員無法滿足家長對競技運動表現期待時，家長與學生棒球員也容易產生負向的親子互動與衝突，產生衝突時父母如何發展具有支持性與穩定性的親子關係對於青少年發展具有著重要的影響，這些衝突的產生可能是因為學生棒球員和父母對行為的期望不同，特別是在權力、自主權和責任方面的認知差異，親子關係內涵與樣貌除了情感支持、依附信任、尊重溝通、分享等正向內涵外，也包含了衝突、對抗、憤怒和抱怨等負向元素。

儘管親子關係在權力結構與資源不對等下容易造成衝突，從正面積極的角度檢視親子衝突，學生棒球員與父母不同的角色之間是能彼此增強與互惠的，像是價值態度大多是在日常生活中與重要他人溝通與相處的過程中形塑，教育觀點是有限而主觀的，那麼身為父母就會為自己開展出新的可能空間，在親子關係中逐步去調整與轉化自己的教養觀念，若父母不隨之調整教養方式，親子衝突便一觸即發，既然衝突是親子長期互動過程中自然會經驗到的現象，衝突未必是破壞親子關係，假若降低負面情緒產生，衝突未必會帶來巨大的傷害，因此父母

與學生棒球員能以開放正向的心態看待衝突情境，避免雙方負面評價，反而給出一個親子彼此對話的空間，把衝突當成對話的機會，親子之間彼此認同的期望才是引導學生棒球員建立運動成就與生涯規劃目標的關鍵，親子之間一致性的期望，家庭通常可以避免衝突與目標矛盾，也就更容易緩解負面情緒，建設性衝突的轉化也是一種處理親子衝突的因應策略，親子關係能從衝突互動歷程中覺察自己的需求或雙方彼此的需求差異，幫助彼此確認自己所重視的原則與想法，讓衝突在時間之中轉化成正向的相互理解與接納，對於父母與學生棒球員在親子衝突中還能有所成長與收獲。

本研究的生涯規劃是以學生棒球員之成長歷程，在各階段角色的扮演，透過自身能力妥善規畫進而達到目標的安排，學生棒球員需要了解生涯規劃是一個終身的歷程，運動選手生涯的短暫與現實，生涯規畫可能透過有經驗的重要他人如父母、教練、同儕，在關係中逐漸釐清自己的人生目標，父母支持的關係可以擴展到同等家庭外的人際關係，進而對學生棒球員的生涯發展產生影響力，但此時學生棒球員必須花費大量時間和精力在訓練與競賽中，雙重身分的衝突也加劇了他們在學業適應上的困難，學生棒球員對於術科與學科的學習目標取向有所差異，不同展現的目標取向也形成本研究探討的議題。

在少子化的時代，父母能給予學生棒球員較充裕的資源，也會花費較多的時間與精力關注子女，對於學生棒球員的教育期望或運動期望也會較高，少子化反映出的是家庭結構的問題與隱憂，伴隨少子化而來的焦慮，父母過度的介入與關注，導致父母的不安與比較，以及過度期待與壓力，使得家庭親子關係變得緊張或是產生衝突，子女從小與父母關係的品質，與父

母教養風格對個人特質的影響，關鍵在於父母的教養方式和態度，不論是少子化的現代家庭或是擁有多個子女的家庭，都應該向下扎根從家庭教育做起，文獻皆指出家庭教養的重要性，身為提供親情互動和親職需求的父母角色，如何發揮更優質與適當的教養風格並發展良好的親子關係，是身為父母親思考和學習的課題。

體育班制度出現於 1998 年，將體育專長學生集中上課，通常是以半天學科，半天術科的方式上課，但現實體育班學生因為訓練而壓縮讀書時間，往往面臨球技和課業難以兼顧的困境，學生棒球員在角色上同時兼具學生與運動員雙重角色，進而導致未來升學與生涯選擇的侷限性與壓力，亦是目前國內培訓運動選手普遍失衡的現象，對學生棒球員而言除運動能力的發展外，也經歷求學階段的轉換最後進入職場，而在這過程中適當的生涯輔導，父母角色可及早協助學生棒球員做生涯規劃觀念的建立與灌輸，針對學生棒球員的升學依據，主要著力於術科的表現為升學取向，或者是教練之間的默契決定，因此父母在瞭解升學條件後，也會鼓勵學生棒球員把精力集中在術科表現以求取更理想的學校，著重術科成績是學生棒球員在升學辦法上之優勢，進而導致父母對學生棒球員在生涯發展窄化的焦慮與擔憂，目前國內社區棒球隊的崛起相比在體育班發展的棒球運動，更具有普及性與全面性，社區棒球隊展現另一種學生棒球員獨特的風格與家庭結構，追求的成就目標可能不是頂尖的運動員，成就另一種學科與術科兼具的學生棒球員樣貌，展現獨特的內在經驗與多元風格，不論是社區棒球隊或是體育班球隊的學生棒球員，透過運動的情境皆能培養學生棒球員的社會意識、社會責任和社會交往能力，乍看之下即使是在不同組織

性質的學生棒球員，對於投入棒球運動的正向意義是不相違背的。

對於學生棒球員的生涯發展而言，有部分取決於他們擁有較佳的家庭資源，也讓他們有機會選擇有別於運動作為競爭出路的方式，整體來看，高中到大學階段往往是學生棒球員技能成熟的巔峰期，同時也是從學校邁入職場的轉換期，在競技運動中面對的是生理與心理的挑戰，也包括平衡學術和運動的能力，提早做生涯規劃與角色的釐清，加上足夠的社會支持可幫助生涯轉變產生的茫然感，並減輕適應困難與面臨身心俱疲的困境，從階級的觀點來看，不同階級地位的運動參與程度及目的會有所不同，運動公平競爭獲取報酬的特性，被認為是社會階級流動的有效管道，參考前輩的生涯發展路徑做選擇，或是接受社會期待的安排，似乎成為一種簡單的生涯發展路徑，生涯發展的歷程可能依據過去的經驗，以及接觸的環境所產生，這其中包含了個人、家庭、及社會的層面，然而隨著時代的變遷影響生涯發展的可能性，除了運動競技表現外，更重視非專業課程的學習經驗，並在兩者之間取得平衡，家庭關係的緊密則影響學生棒球員的生涯選擇，父母對學生棒球員能調整適當的成就期望，對其生理、心理與社會層面皆能有正面的提升，運動員的養成是付出時間、情感、體力與個人意志的累積，透過自身的努力堅毅的展現生命的歷程。

## 第參章 研究方法

本章總共分為三節：第一節質性研究；第二節研究對象；第三節研究倫理。

### 第一節 質性研究

質性研究是多元的，並且了解經驗的意義，對人們如何詮釋他們的經驗、如何建構他們的世界以及他們的經驗所賦予的意義感到興趣（Sharan et al., 2017，邱炳坤等譯，2018）。質性研究是一種包括許多哲學取向和方法的研究，本研究採質性研究取向，採用半結構式的訪談蒐集資料，訪談前擬定訪談大綱，作為訪談架構，質性研究在於聚焦於脈絡中的意義，質性研究的具體目標是要了解人們如何從他們的生活中理解、描繪意義的過程，並描述人們如何詮釋他們經驗，資性研究通常有興趣發掘並了解研究對象如何詮釋他們經驗與意義，以及他們如何建構他們的世界，這種理解研究對象的生活情境的本質它本身就是一個目的，質性研究是一種避免用數字解釋社會現象，並重視社會事實的詮釋，質性研究所重視的是研究者透過個案研究、個人生活史、歷史回溯、訪談、觀察、互動或視覺等資料，來進行完整且豐富的資料收集過程，進而深入了解研究對象如何詮釋社會行為之意義。

DeMarrais（2004）將研究訪談定義為研究者及參與者進行以研究問題為焦點的對話過程。訪談最常使用的方式為一對一的會面，其中研究者引導問題而研究對象提供訊息的互動過程，

資性研究中，訪談通常是研究中獲得所要理解現象以及所需要的質性資料的主要來源。Brinkmann 與 kvale (2015) 認為研究訪談是有結構與目的的談話訪談，主要目的是為了獲取某種特定資訊，相反的訪談也能用來蒐集廣泛而不同的意見。探究四個面向的問題，如對象 (who)、方式 (how)、內容 (what) 及時間 (when) 可區分訪談的類型 (Benjamin et al., 1999, 黃惠雯等譯, 2007)。第一個面向：對象，指的是研究者對個人或團體及訪談對象的角色情境，團體的訪談會產生資訊的廣度，個人的訪談常提供對於研究主題更深入的看法，第二個面向：方式，指的是訪談過程中結構的層次，訪談依照結構分類，分為結構式訪談、半結構式訪談跟非結構式訪談三種類型，第三個面向：內容，指的是訪談者與訪談對象扮演的社會角色，因這些不同角色影響行為、表達、禮貌、說服力、注意力、權力運用，或參考的特定知識，也就是言談之間訊息的形式和溝通的類型，第四個面向：時間，指的是訪談關係中的時間因素，訪談關係隨著訪談結束而結束。

「訪談」是質性研究者選定個人研究及檢核從觀察所獲得的印象之正確性的重要方法，訪談依照結構分類，根據研究目的、研究的內容與受訪者分成三種型式，分別是結構式訪談、半結構式訪談跟非結構式訪談三種類型。

#### (一) 結構式訪談 (structured interview)

結構式訪談又被稱為標準化訪談，有事先規劃好程序與內容，通常訪問的問題及答案是固定的，就像書面調查的口頭形式，預先設定好問題以順序來對訪問者進行訪談，其過程式完全標準化的，在質性研究當中主要是為了獲取社會人口資料為主，換句話說，比較像是問答問卷，用嚴格的結構性訪談計劃

來引導訪談，當有效且值得信賴的資料已經存在時，其優點為有利於統計處理，訪談對象的回答也較能控制，故在量化研究當中較常使用，缺點為缺乏彈性，較無法隨機應變，結構性的訪談最適合用來發展訪談計畫，質性研究中採取結構式訪談的問題在於，在標準化及嚴格按照預定擬好的問題之下，可能無法理解受訪者的觀點與對世界的解讀，因此所蒐集到的資料可能只是研究者預設的立場。

### （二）非結構式訪談（unstructured interview）

非結構式訪談又稱為非正式訪談或是開放式訪談，這類訪談主要是以對話的方式來進行的，根據訪談前所預設的主題來進行自由的交談，也就是沒有預先擬定好的問題，訪談屬於探索式的，非結構式訪談必須對於相關的情況必須要有足夠的學習，以便為之後的訪談來擬訂更合適的問題，特別是訪談中進行的日常對話，為觀察者觀察的一部分，在觀察時段只要有機會，研究者要探究一個主題或多個主題，因此當研究者對於現象還不夠了解而無法提出相關問題時，非結構式訪談就顯得特別有用，因此採取非結構式訪談通常會搭配參與式觀察用於質性研究的早期階段。

### （三）半結構式訪談（semistructured interview）

半結構式訪談又被稱為焦點訪談，為結構式與非結構式訪談的組合，以訪談大綱來進行訪談，訪談對象的回答不易偏離訪談主題也較為彈性與自由，這半結構式訪談通常是為了要從受訪者手中獲得一些特定的資料，研究者在訪談前必須根據研究的目的來擬定訪談的主題大綱，問題比起結構式訪談更為彈性，用詞遣詞也比較隨性，或是結構嚴謹與結構鬆散的問題相互穿插而成，並且在問題順序上也是如此，因此研究者的提

問就必須更加開放性，可以透過受訪者的回答來提出新的問題或是繼續追問某些特定的問題，受到研究者與受訪者的引導或聚焦一起創作出的開放式溝通事件，這些問題、探究、及提示，是以彈性的訪談原則所編寫，質性研究中採取半結構式訪談的問題在於，在半結構的形式中能讓個人在回應時以自己獨到的方式解讀世界，本研究使用半結構式訪談，先列出 7 個大致上想了解的概念問題，再根據受訪者者的言談過程，隨時增減並調整問題，訪談的對象是高中棒球員、高中棒球員的家長。

質性研究是多元的並聚焦於歷程的脈絡中，理解研究對象的生活經驗與意義價值，本研究中的研究方法採取半結構式的訪談法蒐集資料，訪談是一種互動的行為，透過訪談我可以收集到家長與學生棒球員各自的觀點與價值，並理解親子關係透過棒球的互動經驗與意義的歷程，半結構式的訪談可達到研究特定資料的蒐集，並能夠彈性、開放運用問題進行提問與探索，擴展在訪談過程中更多元的資訊與創造新的意義，研究者先與受訪者進行聯繫，針對研究的目的、訪談的內容、資料的使用、隱密性及權利加以說明，徵得受訪者同意後，再安排時間面談並給予訪談大綱，在整個訪談過程中，保持全程錄音並告知參與者。

## 第二節 研究對象

立意取樣是根據個人主觀判斷而選取最適合研究的樣本，研究對象為桃園某高中棒球體育班之學生棒球員以及家長作為訪談，採取立意取樣選擇高中體育班是因為樣本具有三級棒球的歷程，高中時期又是準備銜接升學或就業的階段，因此設定

桃園某高中棒球體育班的學生和家長做為研究對象，選定 6 位學生棒球員以及 6 位家長，共計 12 位相關人員進行訪談。

Lincoln 與 Guba (1985)建議研究者要持續進行抽樣，直到飽和或過剩才停止，在目的抽樣時，樣本數的多寡取決於資訊方面的考量，訪談過程中以訪談大綱作為引導，依照情境彈性的決定問題的順序及內容，研究者依據訪談大綱七個主軸問題並延伸其他的訪談問題，以達到蒐集更廣泛的資料訊息，因此在研究訪談問題中開始聽到相同的回答內容，或是沒有出現新的發現，可能顯示樣本飽和現象。

#### 一、訪談工具

研究者本身即為研究工具，研究者不僅是資料收集者，同時也是資料意義解釋的闡述者，研究者本身是學生棒球員的家長角色，亦是張老師基金會輔導專線的督導，在進行訪談時可有效運用自身的角色與專業，建立與訪談者的信任關係，體悟本研究之研究現象，利用自身專業降低家長與學生運動員的心理防衛建立關係，掌握訪談情境之內在意涵，透過發問與傾聽可以有效收集到可靠資料與經驗的分享，在訪談中可較具優勢有效收集到可靠資料與經驗的分享。

#### 二、訪談大綱

訪談前先擬定訪談架構與設計核心問題，並列出訪談過程提出主題問題的列表，透過訪談大綱蒐集特定的資料，也可以彈性開放的運用訪談大綱的問題去擴展新的資訊。

表 1 訪談對象名單編碼代號

學生	代號	訪談日期	家長	代號	訪談日期
學生	A	110.03.15	A 家長	AA	110.03.17
學生	B	110.03.15	B 家長	BB	110.03.21
學生	C	110.03.15	C 家長	CC	110.03.21
學生	D	110.03.15	D 家長	DD	110.03.26
學生	E	110.03.15	E 家長	EE	110.03.17
學生	F	110.03.15	F 家長	FF	110.03.17

表 2 訪談對象名單背景資料

學生	背景資料	家長	背景資料	結構
A	高三生，投手	AA	父：職業軍人 母：家管	4 □
B	高一生，投手	BB	父：貨車司機 母：家管	8 □
C	高一生，投手	CC	父：貨櫃司機 母：服務業	5 □
D	高一生，外野手	DD	父：運輸承包商 母：運輸承包商	4 □
E	高一生，一壘手	EE	父：上班族 母：家管	3 □
F	高三生，游擊手	FF	父：公司主管 母：公司主管	4 □

### 學生棒球員訪談大綱：

- 1.你可以說說看父母親對你的教養方式？
- 2.我想瞭解你和父母是如何互動或是溝通？
- 3.你認為父母在你參與棒球運動時對你的期望？
- 4.當你和父母有不同的意見或衝突時你是怎麼處理的？
- 5.你是如何看待自己身為學生又是運動員的雙重身分？
- 6.畢業後你對自己要面臨升學或者是就業的生涯規劃？
- 7.你對將來也想進入體育班成為學生棒球員的提醒或建議？

### 家長訪談大綱：

- 1.可以談談你對孩子的教養觀念？
- 2.我想瞭解你和孩子是如何互動或是溝通？
- 3.你是怎麼看待孩子參與棒球訓練的過程？
- 4.你對孩子在參與棒球運動的期望是什麼？
- 5.當你和孩子有不同的意見或衝突時你是如何處理的？
- 6.孩子在高中畢業後要面臨繼續升學或是就業的規劃？
- 7.你對將來同樣身為學生棒球員的家長有什麼提醒或建議？

## 第三節 研究倫理

研究倫理是指研究者在進行研究時必須遵守的規範。質性、詮釋或是自然的研究範例，是最適合定義蒐集與分析資料的方法和技術（Sharan, Merriam, 2018；邱炳坤等譯，2021）。本研究中使用半結構式的訪談法，使用結構嚴謹與結構鬆散的問題穿插其間，並彈性運用訪談大綱中的所有問題，主要是為了要從受訪者手中獲得一些特定的資料或是更廣泛的資來來源，在進行完訪談之後，將錄音內容製作成逐字稿確認文字內容正確無

誤，才開始進行資料分析進行編碼，資料分析的方式主要是採用歸納分析，按照訪談問題的結構，根據每一個範疇創造出階層式的主題結構，首先是確定所要歸類的範疇為何，並將相類似的編碼歸在同一階層的主題，再比較主題之間的異同，訪談資料經過分析後會用來回答我的研究問題。

進行研究時需要遵守研究倫理的規範，包含尊重受試者意願、說明研究目的簽屬知情同意書、研究對象有權利隨時可退出研究、確保雙方安全性、保護個人隱私權、遵守誠信的原則之下去做研究，以下說明研究者在此次研究中遵循研究倫理之相關事宜處理方式：取得研究者同意與家長同意，為確保受研究者之權益，在開始進行研究前與受研究者說明此次研究的目的，並發下受研究者訪談同意書，徵求受研究者與家長同意，在研究期間受研究者或家長若不願意繼續參與研究訪談，受研究者有權隨時可退出，研究者對於研究的資料，包含受研究者基本資料、訪談等資料，以不公開、不洩漏原則，研究資料也以匿名呈現，保障與尊重研究對象的隱私權。

研究者作為資料蒐集和分析的主要研究工具，透過研究者與研究對象訪談的互動達到蒐集資料和分析資料的目標，研究者的優勢在於透過口語訊息或者是非口語的肢體訊息，能夠及時處理、澄清或確認資料訊息，與研究對象核對研究者的理解與正確與否，然而，研究者的劣勢在於自己作為與論文題目高度涉入的研究者，個人主觀對於研究可能會產生誤會及偏差缺點，研究者角色可能會制約與研究對象的關係，在研究過程應該跳脫個人經驗與角色情境，訪談是一個訪問者與被訪問者互動的過程，雙方具有不同的價值觀、社會經驗、社會地位及思想方式，這些主觀因素會導致訪問產生誤差，導致雙方都無法

做到完全客觀，在進行訪談前，研究者應該避免先入為主與過度推論的觀點，以免產生預設立場的偏見，不強加以自己的意識型態去做解讀因而忽略受訪者的觀點，降低與研究對象產生想法、認知、行為的混淆，進而避免影響研究的結果。既然研究者是研究過程不可分割的一部分、研究者影響研究的進行與結果，因此應對研究者的角色進行反思（畢恆達，2010）。研究者在研究過程需要保持高度自我覺察與反思，有助於蒐集資料與分析的判斷能力，研究者作為資料蒐集與分析的主要工具，根據研究本身的架構與概念為基礎，歸納出研究的策略與架構，不強加以自己的意識型態去做闡釋因而忽略受訪者的觀點，研究者在訪問的內容或資料的呈現，在自我覺察下能夠具體描述與解釋本研究中探究的研究問題。



## 第四章 研究結果

### 第一節 投捕搭配的親子關係

親子關係好比在球場上投手跟捕手互相搭檔的關係，既是合作、信任、相互支持，又考驗雙方之間的溝通與默契能力，本節首先探討學生棒球員產生背景的歸因，在進一步瞭解父母教養風格的呈現與家庭成員間的互動與依附性，包括學生棒球員的雙重角色、親子雙方的運動期望，透過文本描述學生棒球員在親子關係的樣貌與特徵。

#### 一、從家庭開始出發

運動社會化是指個人因為接觸運動所學習到的價值觀之過程，必須藉由與環境、與人的互動，進而形成價值觀、建立身分認同、學習角色扮演，此運動社會化可說是一種運動員生涯中動態演進的過程，孩童在童年開始接觸棒球運動的早期經驗，一方是與家人觀賞棒球運動或是與家人實際參與運動的行為，另一方是因為手足關係在參與棒球運動帶來相關影響性，訪談發現家庭成員彼此間對運動的關注與投入，皆互相影響家庭成員對早期運動接觸的經驗與參與動機。

因為哥哥也在打棒球，所以國小二年級我也開始打棒球。(A)

因為從小就跟家人一起看棒球，國小一年級就加入棒球社團。(C)

親戚兄弟他們都在打球，我國小四年級就從花蓮轉來桃園打棒球。(D)

從小就跟爸爸一起看棒球，爸爸還會跟我傳接球就開始喜歡棒球。(F)

親子之間的親密關係，在家庭結構、權力與地位的之下形成親子互動，子女透過父母替代性的情感學習獲得對於棒球這件事的運動態度，受訪學生表示家庭資源的挹注影響個人參與棒球運動的動機，一方面是父母本身對運動的投入與參與，或是家庭提供棒球營隊活動、運動育樂營等環境上的資源，父母也可能透過角色楷模的示範去傳達運動信念並影響子女的認知、情緒及行為。

因為我也打過壘球，我們會一起傳接球，孩子就開始對打球產生興趣，他是從國小三年級在社團開始打棒球。(CC)

他是國小三年級參加育樂營才開始接觸棒球，爸爸以前是網球的運動員，出社會後就改打壘球，所以從小有受到爸爸的影響才開始打球。(EE)

父母陪伴一起運動可激發起子女對運動的興趣，親子關係也更加親近，訪談中發現親子雙方共通認知到親子一起傳接球或是共同觀賞運動比賽帶來的感受經驗，其中包含提升親密感、相處及聊天時間變多、運動愉悅感、信任度提升，尤其是親子雙方皆能感受到運動陪伴帶來的樂趣，學生棒球員在回想接觸棒球的經驗，大多聯結到早期與家庭或親子一起進行運動或觀

賞運動的回憶與經驗，對兒時親子運動經驗描述爸爸跟我玩傳接球，以及全家一起看棒球比賽的親子活動，說明早期親子關係在運動陪伴的互動經驗。

## 二、教養風格的呈現

親子關係的建立與父母的教養有關，親子關係良好者，能感受到親子之間溫暖、信任與支持的態度，其中家人在精神與行為的支持最為重要。何慧敏（2006）指出對於教養方式的見解，總結以能溝通及關懷、接納的民主式教養行為最受到肯定與鼓勵，因為即使在不同的家庭結構、社經地位及種族，皆具有其類推性。受訪學生表示可以和父母互相討論並能尊重個人意願之民主管教方式給予肯定，親子感受以尊重、關心、支持作為評估親子管教與互動面向。

我爸媽算是民主，可以互相討論，然後也不會很兇，會教導我基本的自我管理或做人處事的方式。(A)

他們會尊重我，我有什麼事情或問題，都會找他們討論或問他們，爸爸他們都很支持我打球。(B)

算是蠻尊重我的決定，像我國三有點低潮不想打球，他們會尊重我要不要繼續打球的決定，就是會看我的意願，但還是會先用鼓勵的方式。(F)

父母受到個人背景以及社會文化因素的影響，而產生不同的教養方式與觀念，在不同家庭中呈現相同的是對養育以及管教並行的責任，受訪者家長提供生活與生存的必須，一方面採取適當的行為來監督及規範子女，形成各家獨特的家庭教養觀

念。不同階級的父母在運用文化資源時管道有所不均，不僅形塑他們教養行為的差異，也影響子女在改革中教育體制裡的生命機會（藍佩嘉，2014）。受訪者父母以嚴格、自由、保守、開放為教養信念，其中在訴說的是父母對於親子管教呈現子女能夠自律的期望，父母可以是學生棒球員背後支持的力量，但子女的未來要自己負責，另一個重要的觀點是自律的發展需要時間和過程，父母知覺不是給了孩子權利，他就能夠自律，要權利很容易，負責任很困難，需要時間經由親子互動不斷學習和轉換的歷程。

爸爸是職業軍人，所以會比較制式化的方式去管教小孩，我和爸爸觀念不一樣，就是只要在我規定的範圍裡面，你不要吸菸碰毒品跟傷害別人，他們兩兄弟在我能控制的範圍裡面就隨他們自由發展。（AA）

爸爸是客家人又從事傳統產業屬於比較傳統保守型的，因為我在做業務是比較開放式的，所以孩子從小到大我都會讓他們自己做決定，我就會用引導的方式叫他們自己考慮清楚再來跟我講。（FF）

父母對子女的教養方式，反映出父母對子女期望的一種投射。父母以其親職風格教養子女、控制子女、影響子女的方式，大致分為民主開明式的父母、權威開明式的父母、寵溺型的父母以及忽視型的父母（王凡衣，2021）。訪談中發現社經地位是影響父母與子女間親子關係的重要因素之一，進而決定父母對子女的教養態度，親職風格即是父母平常教養子女的所有作為與不作為，大致可歸類成身體的照顧、經濟上的提供、管教孩

子的言行、社會化發展、心靈與情緒的支持，但也發現現代父母的教養信念已逐漸改變，更加重視子女人格與身心的發展，而非以控制或順從為導向。

### 三、家庭成員間的互動與依附性

親子關係是彼此心理交流的互動歷程。郭靜晃、邱貴玲與賴宏昇（2021）提到家庭溝通越高、支持良好、親密度高，家庭矛盾衝突越少，但父母的支持越高相對的也造成青少年的壓力。交談與溝通是維繫家庭親子關係最重要的核心，家庭是第一個能夠培養孩子面對面溝通能力的地方，溝通過程也在一步步的建立親子之間的信任感與安全感，受訪者學生與家長表示透過輕鬆聊天、開玩笑、跟我玩為最經常性與感受較佳的親子互動模式。

學生：因為一到五都要學校練球，六日晚上吃飯的時間會互相聊天，和媽媽的互動比較好，因為媽媽比較好講話，他比較知道我在意的點，第一個溝通對象會先找媽媽。(A)

學生：跟媽媽就是會一起在客廳看電視，現在會教我做飯，小時候會跟爸爸傳接球，現在我住學校只有假日才可以碰到爸爸媽媽，溝通上可以很開心和爸媽聊天，我有事第一個會先找爸爸說。(E)

家長：我在開車時可以在車上輕鬆聊天，討論今天在球場碰到什麼或是教練說什麼，我們是可以互相討論事情。(AA)

家長：我們會互相嘲笑，可以開玩笑小孩就比較敢講，就已經在一個很緊張的環境下打球了，回到家裡也不要太緊張。(DD)

其中發現互動品質又以不給壓力為主述，提到親子相處方式像朋友，可以和父母開玩笑、互相關心並且自在的談話，描繪出學生棒球員對於親子互動可以感受到父母支持與關心，相對與父母相處並未有壓力感受，在親子關係被人所愛與被在乎的經驗形成被接納的安全感依附，而家庭就是接納我們的第一個小型社會，從小與孩子一起進行家庭活動，提升了孩子對家庭參與的責任感，還增強了家庭歸屬感，歸屬感是讓孩子覺得這個家是最溫暖溫馨的地方，無論如何這個家都能給予他最大的支持。

父母比較關心我身體的狀況，我回家的時候都會問我那裡會疲勞，但是我不會覺得他們給我壓力。(C)  
最主要父母不會給我壓力，我打的好他們很開心，那打不好他們也不會責怪，他們其實都不會說太多，就會說沒關係再加油之類的話。(F)

父母具體的稱讚與鼓勵、寬鬆適宜的家庭氛圍與教養方式與互動，子女才能感受到自我價值的重要性，這種價值感源自內心的自我認可，從而提升學生棒球員面對困難與挫折，與堅持達到運動任務的能力，在運動中更能有自信展現與挑戰，親子關係的依附性可從父母評價與信任子女的程度來觀察其親子樣貌。

孩子回家就是直接一個臉色給你，可能只是撒嬌或是發發牢騷，稍微他丟東西的大動作，我就知道一定又表現不好，然後我也不會問他，我都會等他自己來跟我講，他就會很急藏不住，其實就太瞭解他了啦，我們父母當然就是安慰他，給他鼓勵加油這樣子。(EE)

受訪家長提到子女與父親跟母親的互動有個別差異，第一是時間相處的影響因素，其二是溝通的品質與互動的形式，在親子共通性發現子女能覺察過去和現在不同階段父母在互動與溝通上的變化，另一方父母也能回顧過去與現在的溝通模式的轉換，發現親子互動與溝通模式亦隨著子女發展階段性與民主化潮流而產生轉變，父母權威式管教逐漸改變採取以尊重、陪伴、鼓勵等方式與子女互動，親子關係在青少年時期轉為平輩的朋友關係，在情感交流之間拉近青少年對父母的親近感，訪談發現親子雙方能感受到親情的溫暖、信任與支持的態度，則對親子關係感到滿意。

學生：以前怕講錯話不太敢跟爸爸說話，但是爸爸跟以前不一樣，從一個很嚴肅很拘謹的爸爸，變成講話很輕鬆會開玩笑的爸爸，可能他覺得我已經長大了，然後我講的話他也沒有什麼意見也不太會兇我，現在和爸媽的相處模式比較和諧。(E)

家長：小時候我是比較權威式的溝通，兩兄弟真的很皮，加入志工媽媽之後參加一些親子課程和活動後才慢慢改變用引導的方式和小孩溝通。(AA)

依附理論常用來說明父母與子女彼此關係的品質，從依附理論的觀點來看青少年如果能與父母形成安全依附關係，有助其自主性的建立，認為在青少年時期，他們與朋友或同儕的人際關係品質與模式可說是家庭關係品質與模式的延伸，而且也會延續影響到日後的社交和情感能力發展，學生棒球員與家人之間的依附關係，在家庭的支持包括物質上的提供，像是經濟的支援，另一是情感上的輸出，像是支持、安慰的回應，現今父母在子女面對問題與困境時，願意給予更多的肯定與協助，受訪學生表達父母很懂自己，傳達出依附關係中被理解與信任的情感支持。

學生：我跟爸爸媽媽都有很多話可以講，也沒有什麼秘密，放假回家就是放鬆會陪我聊天，我跟我爸聊天的時候可以是兄弟，我心情不好別人看不出來，可是我爸媽他們就看的出來，他們就會問我最近在學校有沒有發生什麼事？上課的狀況怎麼樣？因為從小和爸媽相處到現在，他們當然比較懂我。(B)

家長：我以前比較嚴格要求小孩，小孩到一個階段都會有叛逆期，如果一直要求他一定會排斥，反而會離你越來越遠，我覺得他盡力做好自己就好，我們沒有給他太大的壓力，就只能在旁邊提點他。(BB)

家長：他國小國中我跑客戶他都會跟著我去，我跟客戶吃飯他就在旁邊寫功課，因為他還滿黏我的，我覺得陪伴很重要，我兒子從國小到現在，學校發生什麼事他回來都會跟我講，到現在高中每個禮拜回來也會跟我出去，就是像朋友陪他們逛街買東西。(FF)

父母撫養方式與教養風格與親子關係的品質密切相關，研究顯示依附關係的品質會影響親子間的互動關係，進而影響家庭之外的人際互動模式以及情感表達模式，安全依附類型多表現容易信任與維持親密關係，願意與人社交心態積極正向的人際應對，進而形成內在運作的模式與反應，一個人對自己的感受、信念、態度與評價，形成了自我概念，自我概念經長時間發展而成，由許許多多的記憶與經驗組成，其中重要的為父母的看法與評價，研究發現父母給予安全感以及情緒支持，可協助學生棒球員邁向自我統合的發展任務，當學生棒球員與父母呈現健康的依附關係，學生棒球員感受父母的支持與溫暖，增進認知與情緒發展，更能發展出對自我以及他人的正面評價。

#### 四、學生與棒球員雙重角色的轉換

人生在不同的階段可能同時擁有許多身分以及發展階段性的任務，求學階段其中最重要的課題就是學習，對於學生棒球員來說，運動員只是他們生活中的一個身分而不是全部，現實學生棒球員的文化處境必須花費大量時間和精力在訓練與競賽中，因此加劇了他們在學業適應上的困難，受訪者應對學生與棒球員雙重角色的轉換，隨著球場或教室場域的改變，同時調整自己當下扮演的角色。

每個時間點想的東西不一樣，比如說國小升國中，想到的就是你要有成績，也有課業壓力，那你國中到高中，想到的是訓練環境、舞台的表現，或是上課的時間管理，那高中升大學的話，那就是評估你的能力，然後再看要不要轉換跑道。(A)

待在球場上就是去面對，在球場就是盡力去做，如果走進學校就是學生的身份，當學生有考試的壓力，高中的考試比較難。(C)

練球有時候很累，上課就沒辦法這麼專心，考試前老師會先給我們題目我就會認真看題目，在學校自己還是學生不能差太多，主要也是看自己的自律程度，因為也沒有人在盯你功課。(F)

運動員同時扮演學生與選手的雙重角色，受到來自父母、學校及社會各方不同的期望(鄭志富, 2010)。在學生棒球員的情境中考試與競賽同時提供了表現個人能力的機會，學生棒球員在個人擅長的棒球領域中展現自我價值，一方面需要面對團體及同儕相互競爭的壓力，另一方面在國小、國中因為專項訓練時數導致基礎學業低落，學生棒球員依然努力兼顧學生與棒球員雙重角色，並試圖銜接未來升學與職業的進路。

球員因為競爭的人越來越多，同一個位置有很多的選手，你的技術還有體能不好，就會被人家替補掉，所以現在佔的這個位置就要好好練，當學生覺得功課越來越難，像數學從國小國中的基礎就聽不懂，到高中就很難再銜接，老師在上課也聽不懂就會低頭睡著，很難撐很煎熬。(E)

受訪家長看待子女兼具學生與棒球員雙重角色身分，表露出不捨與心疼之情感，家長不僅關注學生棒球員在球場的運動表現，同時認知學生棒球員在課業與學習兩者之間難以維持平

衡的現實情境，因此家長在學生棒球員時期背負很大的責任即是支持與陪伴的角色。

覺得很心疼，以前國小夜訓到晚上 8 點才回家然後那有假日可言，我現在 F b 跳出的回顧，都是幾年前早上 5 點多就在中中國小打卡的動態，是他們自己很想打棒球不然我覺得太辛苦了，我們家長就是做好後援然後盡力配合。(AA)

他幾乎都在球場上，不然就是跟學長去比賽，在課業方面就比較會有落差，我們知道棒球員沒辦法兩邊都兼顧，我的觀念在課業和打球就是盡力做到，不管他打的好還是打不好，他喜歡打棒球，做父母的當然是要做一個支持的後盾。(CC)

孩子練棒球，我就想到我當初練舉重的心情，我沒有得到家長的協助和鼓勵，教練也都是用罵的，就會覺得人生為什麼要這麼累，家人沒有支持對心理也是有很大的傷害，因為運動員都會經歷到比較辛苦的一段過程，一定會有瓶頸、挫折或運動傷害，所以就是協助和鼓勵他。(BB)

學生棒球員調適雙重角色的身分，使用時間與場域作為雙重身分界線的劃分，但同時也觀察到實際在學生與棒球員之間投入的狀況有所差異，訪談發現對於棒球員角色是願意付出更多的時間與精力完成日常訓練，相反學生角色則把時間與精力作為無法投入課業的歸因，實則學生棒球員內心對角色的排序已有所定向，進而影響學生角色投入的動力，畢竟運動生涯是

學生棒球員在自願選擇下投入多年的競技運動，期望在運動中能夠達到個人表現，另一方面則受在學校、教練、家長各方期許學生棒球員盡力兼顧雙重角色，因此在學生身份觀察到較少自發性的動機與動力，由此發現社會性的期望也促使學生棒球員調節雙重角色的任務。

#### 五、親子雙方的運動期望

父母對於子女的運動期待，亦指父母對子女在運動成就的期望態度，學生棒球員面對父母的運動期待，受訪學生 C、D、E、F 皆明確認知到父母對自己的運動期待是能夠打上職業棒球，情緒反應卻皆未有感受到壓力的反應，反而認為此運動期待是父母對自己的看見與認同，父母端則發現家長雖然抱持高度運動期望，卻同時對子女傳達陪伴與支持的互動經驗，內心藉由家庭支持的力量推進學生棒球員在運動表現的能力。

家長：現在是高三升學階段，以前他爸爸就一直說，你就是要打職棒啦，現實沒有到那麼精英，但是爸爸還是會有小小的期望，球員的生涯就是上上下下，一開始會說我要去美國打職棒，我要去日本打職棒，到後來桃園打職棒，現在到甲組打職棒，就這樣一路陪他打球 10 年了。(AA)

家長：心裡面期望很高，可是不能講出來他會有壓力，我們夫妻都是一樣的想法，高中這個階段是還蠻重要的，我們也不會拿他跟別人比較，這樣會變成心理上的壓力，也不用去擔心家裡怎麼想，就認真上課認真

去打球，認真做你自己想做的事情，我就覺得他現在表現都很棒。(BB)

家長的能力形成正確的信念以及對孩子的期望是不可少的家庭結構，不同社會階級文化形成不同的價值體系，對子女亦有不同的成就期望，從階級觀點來看待對子女的運動期望，不同階級地位的父母對子女運動的參與程度以及期望目的也會有所不同，可能透過棒球培養社會適應能力，或是透過棒球做為向上階級流動的管道，試圖利用運動成就延續家庭優勢地位或是翻轉家庭劣勢，可以說父母的期望態度投射出的是個人的觀點與價值，不當的投射效應會對子女產生不好的影響，父母對子女運動期望過高，容易導致學生棒球員備感壓力，並產生焦慮不安與反抗權威的心理，進而造成親子關係的緊張，在訪談卻發現學生棒球員皆未感受到父母期望的壓力，觀察到是家長能夠觀察子女的能力，合理給予適當目標和設定一個合適的期望值，也就是說當代父母更能關注子女的需求與愛好，站在孩子的角度思考，並以學生棒球員的興趣、期望為發展導向。

學生：爸媽希望高中畢業可以去選秀，他們覺得打球就是要努力賺錢，幫忙這個家扛起家務，如果沒有辦法就先把大學讀完，沒有選秀就是要拿到大學學歷，他們告訴我說有學歷比較好找工作。(E)

家長：我們希望他不要半途而廢，畢竟從國小國中到高中該給他的資源都會給他，他有時候會說好累不想打球了，我們會鼓勵他讓他朝自己的興趣去努力。(EE)

家長：萬一高中沒辦法選秀，也是要進到大學就讀，我們會給他一個方向和想法，不適合打棒球的話，是不是要走向軍校，作為父母我們會盡力幫助孩子，期待當然就是達到他自己的理想目標，(CC)

影響發展的機制可以反映在父母的心態與期待中，深化在學生運動員的想法與價值觀，進而影響學生運動員的生涯決策與發展方向(張春興，2004)。過去父母認為子女有良好優秀的表現，才有成就感的現象，在當代社會父母教養信念中，漸漸重視子女的人格發展與多元面向的學習，多數父母似乎不再認為子女有傑出的學業表現或運動表現父母才有成就價值感，訪談發現父母傳遞的運動期望包括身心健康、尋找第二專長、引導生涯方向，以及透過棒球傳達團體的價值觀與人際信念。

學生：爸媽希望我健康然後能開心打球，就是以不要受傷就好，因為投手消耗量比較大一點。(A)

學生：爸媽說假如我真的不想打球的話，他們會陪我去找第二專長，因為打球是我自己的決定，不論我做什麼選擇，他們都會支持我，他們不會給我壓力。(B)

家長：他們這一屆所有的盃賽都拿冠軍和獎金，剛開始他會覺得不平衡，為什麼沒有上場的也可以有獎金，他一直告訴我這樣很不公平，我跟他說不然你跟教練說你要去坐板凳，然後叫他們上場，然後你旁邊就等著拿獎金，我覺得如果沒有把他這個不公平的結弄開，他會變成去取笑別人，導致同儕人際問題對團體也會失去凝聚力。(FF)

訪談中觀察學生棒球員在回應什麼時候開始打棒球的提問時，學生對於是正式加入棒球隊還是開始接觸棒球會多加詢問，對學生棒球員的認知來說打棒球是正式加入體育班的校隊，玩棒球是指參加夏令營或社團棒球，因此在加入校隊與體育班的同時，學生棒球員逐漸發展運動員身份的認同感，親子在運動的互動行為與父母角色的示範，傳達的運動信念和行為亦會影響學生棒球員參與運動的動機，訪談學生端和家長端在教養方式的回應也有所差異，學生對於父母教養方式、溝通模式、教育觀念的相關問題，皆需要時間思考或是較多具體的引導才能述說與回應，顯現與父母關係的覺察是平常較少觸碰及談論的議題，而學生棒球員在回溯後發現童年運動陪伴的親子互動經驗，深化個人在親密感與安全感建立的內在需求，相較家長端對於教養方式、溝通模式、教育觀念的問題，大部分都是能夠直接並侃侃而談自身對教養的想法，並針對夫妻各自不同的教養觀念做闡述，其中不乏多提到自身教養觀念與原生家庭的關係與影響，說明世代教育觀念的傳承與代間傳遞的關係，代間傳遞為一種世代間連續的過程，家庭中的成員藉由互動與共享的基因、社會環境，讓兩代之間形成共同的價值觀、態度、信念與行為，溝通過程也是逐漸建立親子之間的信任感與安全感，形成對家庭的歸屬與認同，此外觀察親子之間的依附關係，在學齡階段 6-11 歲與父母相處時間決定依附關係的緊密度，到了青少年階段與父母依附關係的決定在於相處品質的優劣，可以說依附關係的情感聯結需要時間與品質不斷的堆疊，並且會隨著年齡階段逐漸產生變化。

親子溝通的議題也可以觀察到家長對於自身親子溝通的模式，隨著子女年齡層逐步做調整，像是從小大多以權威、嚴格、體罰做管教，進入青少年階段改以平行關係作互動，像是朋友語氣、引導方式、採取信任、尊重做為溝通模式，而親子之間對於雙重角色的看法的差異在於家長對學生與球員角色大部分抱持盡力或是維持水平的提醒與督促，家長一方面關注球員在球場的運動表現，同時認知課業與訓練難以維持平衡的現實情境，對於升學家長皆認為無法進入職業棒球至少要有大學基本學歷的觀念，一方面是未來工作考量與社會期許因素，一方面認為在大學磨練仍有進入職棒的機會，而學生棒球員則用時間、場域來劃分與處理學生與球員的身份，觀察學生端對雙重角色以當下的情境與角色為主要考量，學生棒球員內心對角色的排序，進而影響在雙重角色投入的自發性，促使學生棒球員必須兼具雙重身分的認知也來自社會性的外在期望，此外在親子關係中對運動的期待，可以看出父母呈現出不給壓力的想法與行為，家長期待透過家庭支持的力量不給壓力藉此推動球員在運動的表現，相較學生端本身對運動的自我期許高，相對個人的壓力也比較高，因此在親子互動可觀察到學生的情緒出口以家庭作為情緒宣洩和顯露的地方，同時家長對於打棒球的子女多半以辛苦、緊繃、壓力、很累、艱難、挫折等來描述打棒球的過程，因此家長多半能理解並選擇以陪伴、支持、鼓勵、不給壓力、不過度解讀、不做負面評價來陪伴學生棒球員的棒球歷程，可以看到的是家長因為瞭解學生棒球員打棒球的生態環境以及年齡階段的發展不同，進而轉化自身的教養方式與互動模式，主要以協助、陪伴、支持身份的家庭力量與學生棒球員一起搭建運動社會化的過程。

回到親子關係如同投捕搭配的樣貌，投手隱喻學生棒球員，捕手像是學生家長的投捕搭檔關係，此親子關係樣貌呈現互相合作與支持，並具有共同一致性的目標，扮演投手的子女就算具備拿手與信心的球種，卻看見過程仍需要捕手的引導與配球，投捕雙方皆期待能溝通出彼此認同的結果，透過溝通互動來來回回的磨合與協商，期待屬於個人且主觀性的想法，投捕搭配能看見親子關係互相牽引之下產生變化，親子關係中支持、尊重、信任為良好依附性基礎的關鍵，並做為親子關係雙方彼此理解的情感支持，親子之間營造出對家庭的歸屬感能夠讓孩子內心自我概念變為強大，家庭陪伴則給了孩子安全感依附，安全感讓學生棒球員擁有穩定的情緒與積極的心態，親子雙方在社會中扮演的角色儘管多樣化或多重性，在這座共同以合作關係的球場下呈現一段階段性責任與任務的親子樣貌。

## 第二節 親子衝突關係與修復

親子衝突屬於人際衝突的一種，只是範圍限定在親子之間，親子之間認知到期望落差、目標、價值觀而產生不一致的現象，使得各自立場意見不同形成關係上的緊張或是對立行為，首先探討學生對自我認同部分、親子之間的衝突與協商策略、親子壓力與因應，透過文本分析瞭解親子關係面對期待落差與衝突如何做出協商策略與因應方法。

### 一、親子關係的衝突與矛盾

青少年時期是一個重要的自我成長階段。若由社會心理發展階段的角度觀之，青少年時期的主要發展任務是建立自我認

同 (Erikson, 1963)。在此階段中自我認同重要的發展任務包含角色認定、自主性、與生涯決定的自我概念追尋，臺灣競技運動文化強調運動表現成績和未來的升學結合，成了學生棒球員與家長共同面對的重大生涯議題與壓力，學生棒球員在面對升學與一技之長這些壓力的時候，大致上會出現情緒低落，且會有逃避的衝動行為，想法上會較傾向負面的思考，在親子間因為負面情緒而容易產生衝突口角，若父母與青少年無法常常進一步溝通，家庭衝突就由此而生並增加親子之間的矛盾感。

學生：爸媽在打球上不會問我太多，就升學的部分會比較在意，他們希望我不要跑太遠去讀大學，我是希望讀我喜歡的學校，我想要去讀台灣體育大學，因為我喜歡那邊的環境和訓練方式。(A)

學生：那時候比賽多然後很累，跟爸媽回話的口氣和態度就比較不好，我也不想這樣回他們，就是覺得很累感覺心情很煩，心裡覺得對不起爸媽，但是當下回話還是比較直接一點，我也不是故意的。(B)

家長：其實他打不好語氣方面也是會大小聲，遇到挫折就會抱怨，他情緒不好都是在球隊表現不好，他回到家很放心才會這樣發洩，所以他的喜怒哀樂就很明顯情緒特別大，然後回家會鬧脾氣會頂嘴。(CC)

影響青少年階段親子關係變化的癥結在於子女對個人自主的需求，與父母對其管教權責界線的劃分與消長，在子代權力爭取與親代界線維護的拉扯過程中型塑出不同的親子關係類型 (程雅好、王郁琮，2021)。青少年發展階段的過程中除了面對

生理上的快速改變，在心理發展上也從追求安全感的兒童期進入獨立自主的青春期的階段，處於自我認同與自我概念的統整階段，社會發展也開始扮演越來越多的角色，可以說是自主權與親密感的心理掙扎，當青少年想要爭取獨立自主，希望親子關係是平等、互惠與合作的，但父母仍維持傳統權威，親子就容易因為不平等的關係而產生衝突，青少年階段因為生理與心理逐漸成熟過程，開始傾向重視同儕人際關係，與父母彼此意見不一致導致衝突議題，青少年在追尋自我認同過程中，經常面臨向父母爭取自主權與維繫親子親密感兩種基本心理需求的相互矛盾之中。

國中比較明顯輕微的叛逆，就是他會跟一般學生做比較，就是會有很多的為什麼，為什麼他不行的問題，可能那時候有碰到瓶頸，或者是有更多的誘因，他就會開始跟我們爭取時間和空間。(EE)

他會去問打職棒的學長關於職棒球隊的事情，漸漸就有自己想法，像是他要打職棒找經紀人，他說要自己處理經紀人的事情，他跟我講簽約金和以後薪資也要全部自己管，然後我們就會有一些衝突。(FF)

我比較有孩子叛逆的感覺，比如現在放假他們很少打電話給我，通常是沒錢才會打電話來，他有交朋友的權利，但是他會隱滿不想讓我知道他跟誰出去，然後我問他學校或同學的事情他就不想說，他說人家的事你幹嘛要管，然後就直接不回答我。(DD)

家長與學生棒球員在親子互動下，可能呈現父母期待的目標與學生棒球員面臨現實的落差與不符，無法滿足家長對競技運動表現期待，因而產生親子意見不一致、負向溝通、情緒不滿、雙方對立的現象，進而導致親子關係的衝突與目標矛盾，學生棒球員即便有不同的自我期待，在家庭壓力下也可能自我壓抑不敢正面溝通，內心逐漸累積負面情緒，學生棒球員與家長面對衝突情境時若採取忍耐、壓抑、順從或是迴避，這樣的因應模式對親子互動關係或家庭運作功能可能產生不良的影響，造就日後更大的壓力衝突。親子衝突不是親子關係中獨立的片段，而是鑲嵌在一系列親子互動裡的動態歷程中（陳思宇，2019）。由於青少年普遍進入一種追求自主的心理階段，在家庭中他們渴求行為與情緒的自主性，親子關係也由兒童期的緊密轉為逐漸減少對父母的依賴，彼此的親子關係與互動模式進入另外一種階段。

因為棒球員要的是曝光率，所以爸媽希望我在球場上能多一點表現，可是我的想法是要有完整的訓練和身體，在比賽才有好的表現，才可以足夠曝光給球探看到，或是要去走職業或是社會隊，不只在比賽這一塊，其他也要做好。(A)

其實爸爸不想我當投手，因為他怕我手很容易受傷，但是我喜歡教練給我的這個投手位置，他們是希望我朝職業的路前進，不然會跟爸爸一樣工作很辛苦，因為我努力這麼久希望我不要太快放棄棒球，家裡其實經濟也不是很好，只有爸爸在工作賺錢，我自己是想先去讀大學。(C)

和爸媽意見不一樣的話，他們就會懷疑我到底在想什麼，他們希望我的回答是他們理想中的答案，有的時候真的不懂他們的意思，有的時候不敢再多問，就默默的點頭說好這樣。(E)

父母他們遵循某一套價值觀多年，因此會趨向於自己的選擇是對的，自然會期望下一代的認同，訪談中發現這一代的孩子自小生活在民主的大環境中，不再全然順服父母傳統威權的管教方式，他們比以往更能勇於表達自己的想法及表現自己的行為，就如同人際互動中，彼此的想法與需求的差異，使得衝突自然就發生，親子雙方在運動表現與升學規劃認知的不一致，使得親子雙方在意見與態度上不為對方所接受，在衝突的親子互動中造成情緒不滿、對立、逃避、過於順從與口語矛盾的負向溝通，同時訪談中發現親子在發生衝突的過程，青少年對獨立自主有更高的需求，學生棒球員藉由多重社會角色的扮演，逐漸瞭解自己的運動動機、態度行為以及社會關係，親子衝突過程的協商促使親子雙方進入思考與因應階段，親子衝突的互動經驗呈現學生棒球員建立自主與相互依賴矛盾的親子關係樣貌。

## 二、親子衝突的協商策略

父母與子女之間的衝突，雙方該學習的是如何面對與處理衝突，特別是對於衝突的原因，以及和解歷程的協商與討論，在衝突中能讓彼此學習到問題解決的能力與人際溝通技巧，親子關係有時候會讓人受傷，關係和解後同樣有利於雙方的成長及發展，訪談發現大多數學生棒球員面對親子衝突是以正向行

為策略做處理，像是被衝突事件引發的情緒，採取降低情緒的因應並觀察事件發展先思考再採取行動進行溝通。

我會直接進房間冷靜，一直到吃飯的時候我爸媽叫我才出來，我爸就會跟我講有什麼想法可以提出來，爸爸媽媽不會因為我心情不好，他們也跟著心情不好，他們反而不會想太多。(B)

我會先想好要怎麼告訴爸媽，因為太直接的話他們也不會同意，然後就勇敢的開口去跟他們講我內心的想法，大膽地跟他們溝通，把憋在心裡的想法講出來，我其實還是會尊重他們的意見。(E)

親子關係的衝突議題有機會在過程中表達、聆聽及理解，親子雙方產生了新的理解與認識，讓親子雙方拉出不同的視角，親子關係從衝突回歸到關係的凝聚，親子關係成為正向改變的發展（陳祥美、李瑞典，2021）。學生棒球員在運動成就逐漸增加也對自我概念更加成熟與獨立，父母親的角色也會由干涉轉換為支持，身為家長會為自己開展出新的可能空間與觀點，在親子關係中逐步去調整與轉化自己的教養觀念，親子雙方在衝突互動中表現出正向行為策略，使各自的意見與情緒得到適當的關注與解決，家長能透了解青少年在此階段的發展需求，能敏感地予以回應，尊重孩子的意見，表達對孩子的正向情感，訂定清楚的規則和適當的期待，並且親子雙方意見能夠開放地溝通協調，用開放的心看待與處理衝突，促使衝突在過程中轉化成彼此的相互理解與接納，透過這樣具備依附敏感度的正向積極親子互動方式，使青少年形成更為安全的雙親依附關係，

能間接促進青少年未來問題解決的能力與人際溝通技巧，訪談發現家長大多能運用正向策略處理親子衝突，這部分與學生的親子衝突處理策略呈現相同，相異的部分為家長具備更多面向的正向處理策略，包括引導策略、尋求支持、利益交換、折衷妥協、改變氛圍或環境的多樣化策略做親子協商。

我拿升學這件事情來說，我希望他去 A，然後他可能想去 B，我就會跟他分析 A，但我不會一直跟他說，也不會一次說完，他也不用當下一定要給我答案，我是潛移默化慢慢去影響。(AA)

因為我們是基督徒會帶他去教會，我會教導他可以依靠神，有時候他也不太愛說，那我就會帶他出去吃東西，也會帶他去打擊場發洩，在低潮階段他說要去別的地方練，我們就讓他去私人訓練場學習。(CC)

我是慢慢的拉他回來開導他，我不會一次丟太多東西，我怕他會不想要聽，他那時候就想要往外跑，所以那一陣子就有跟教練溝通，讓他禮拜一再收假回學校，高中之後他開始有一些要求，然後我們就是要看到成績做利益交換。(EE)

我會先聽他的想法，我在想他丟出經紀人和簽約金要自己處理這個訊息，我也要去思考怎麼樣做比較好，我想幫他開兩個帳戶，因為我要避免他們在球隊裡面借錢，我現在是想用這個方式跟他討論，他開始有自己想要的空間和權力，所以要慢慢的找機會跟他再溝通。(FF)

從父母社經地位來觀察親子衝突現象，在親子關係中父母與子女地位不同，權力上亦出現差異性，因父母往往擁有較多的物質與情感上的控制權力，學生棒球員感受到被控制與無法自主的劣勢，內心產生不公平情緒，到青少年時期追求獨立自主時期更加顯現親子衝突中不安與代溝，但其中也發現親子關係依附情感連結的強度可降低親子關係中的衝突程度。

### 三、重要他人的人際支持

對於一個學生棒球員來說，當運動生涯中面臨瓶頸、低潮、困難或抉擇時，往往身邊最親近的人會成為最具影響力的關鍵，Eccles（1983）提出期望價值理論，主要解釋個體在不同的領域中，他們的成就行為及活動選擇的變化歷程，受到社會文化因素影響個人參與活動的動機，社會文化因素其中包含父母、同儕、教練等的信念及行為對於學生棒球員運動生涯的影響，受訪的高中學生棒球員皆相同表示有想過放棄打棒球的經驗，並且都是發生在國中的時期，同樣受到社會網絡中的父母、教練、同儕這些身邊親近的人陪伴之下渡過低潮，學生的共同經驗是國小練球時間很長很辛苦，但是打棒球是感到開心的，上國中後要搶先發位置又面臨身心處在青春暴風期的變化當中，認知到打棒球是充滿競爭與不確定性的，到高中階段表示已有足夠的自主性能夠去思考與做決定，打棒球變成是決定個人未來生涯方向的進路。

那時候同屆的同學都去比賽，我自己一個人留在學校，我就覺得自己還不夠好，已經努力了就是沒辦法去比賽，那時候就有點不想打球了，當時教練也是會給我

鼓勵叫我好好的調整，練完球的時候我就會找同學聊天放鬆心情，回家爸媽都會跟我開玩笑，低潮的事情很快就過了。(A)

國三時表現不好，我就會覺得上高中後的競爭更大，覺得自己沒有機會跟上場的空間，當時就很想放棄打球然後去學別的東西，國中教練跟我說，我的能力只要繼續練還是有機會，然後家人也沒有給我壓力，學長也會跟我說低潮沒什麼，當時就感覺他們都給我鼓勵和信心。(F)

社會支持在訪談中呈現運動行為表現的影響因素，並影響學生棒球員生理及心理層次社會化的關鍵，社會支持以直接方式影響行為，像是隊友的鼓勵與安慰，教練在資訊上的提供與建議，與隊友一起從事運動的凝聚感，皆可刺激個人行為和保持行為，亦會影響在運動上投注的心力與持續感，透過與重要他人產生的人際互動下，學生棒球員明顯感受到自我價值與被支持的重要性，從而提升面對困難挫折與堅持達到運動任務的能力，因此社會支持除了第一線的父母之外，教練與隊友皆扮演一個非常重要的社會支持角色。

#### 四、學生棒球員的壓力與父母的擔心

林子文、邱逸翔、楊瑞珠與程瑞福（2017）發現運動員不論在練習或是在比賽當中都會面臨許多社會壓力，從父母、教練、隊友到比賽中的裁判或觀眾都會讓運動員感到極大的壓力，也直接造成運動員產生許多不佳的情緒、行為及認知表現。運動員的生理、心理、社會發展是跟隨成長階段同步發展建立而

來，對學生棒球來說社會網絡中的親子關係、同儕關係、教練關係皆扮演建構運動信念的關鍵，對於運動員來說重要他人的社會支持有正向影響，但另一方面重要他人的期待與角色亦可形成壓力，受訪學生描述現階段的壓力呈現多重且多樣性的壓力來源：一、競賽壓力：比賽表現不好、隊友競爭；二、訓練壓力：跟不上訓練內容、跟不上學長腳步、瓶頸、挫折感；三、雙重身分壓力：練球很累上課想睡覺、考試要及格很難；四、與重要他人負面情緒的壓力：與教練、隊友、父母的相處；五、被期望表現好的壓力：父母、教練、球探與觀眾注視壓力、擔任先發；六、生涯發展方面的壓力：升學、選秀；七、生理能力不足的壓力：體格、體能、疲勞、運動傷害，低潮；八、心理能力不足的壓力：自信心不足、情緒管理。

高中的人都很強，如果你不努力的話就沒有機會，我現在的情況就是在場上比賽還是會有壓力，因為教練在看然後觀眾也在看你的表現，自己也希望球探可以看到我好的一面，希望自己好好表現，就是不要讓教練他們失望。(B)

當學生壓力最大，尤其是考試的壓力，因為有時候在練球或比賽都沒有上到課，學校也會幫我們複習我也會寫筆記，但有時候練球太累體力堅持不住會想睡覺，上課有些東西聽不懂就覺得很無聊。(D)

高中有很多球探在關注你，場上的行為都會被記錄下來，我怕我表現不好壓力很大，教練說打不好動作不要那麼多，跑回休息區盡量不要低頭微笑帶過，我覺得真的很難處理打不好的心情，打不好跑回去還要微

笑，我可能真的笑不出來。(E)

當隊長很有壓力，管學弟沒關係，但是管同學就覺得讓我很難做人，雖然我是隊長，我會先用講的方式去提醒，有時候逼不得已就會比較嚴肅，但隊長自己一定要先做好再叫別人做，所以這個壓力又更大了。(F)

同時在父母這端來看對於學生棒球員的同儕關係特別是交友狀況是帶著擔心不安的負向情緒，訪談父母端歸納二大部份擔心來源，第一是健康因素擔心受傷，其二是交友狀況擔心同儕的影響，顯現親子關係在棒球運動的情境觸發出多重的壓力與擔憂，綜合來看學生棒球員的壓力來源與因素眾多，歸納一方面是自我期許的壓力，一方面是他人期待的壓力，而父母聚焦並擔心的點在於身心健康與偏差行為。

## 五、理想與現實的拉扯

根據 Bandura (1977) 自我效能理論是指個人對於達成特定任務的能力和信念，也可以說是個人的效能期望或是自信心，自信心是運動員良好的心理素質和健康個性的組成部分，亦會影響在運動上投注的心力，在運動表現中更能有效展現自我與挑戰，青少年正是處於探索自我、定位自我的階段，在進行各種運動或升學生涯選擇的歷程中，個人追求的意義與價值也是重要的人格發展階段，受訪學生述說自身在棒球展現的能力與自我的期望，同時也說著棒球世界的現實與殘酷。

追求的目標就是拼一個國手然後打上職棒，真的沒辦法達到的話，先升學爭取大學，或是看可不可以拿到

教練的身份，或是業餘隊有一個保障的身份，這樣至少可以吃不飽也餓不死。(A)

別人在休息伸展，我就自己去調整加強自主練習，額外的時間就自己做揮棒或重量訓練，我要增加打球的力量還有速度，靠努力練習超越以前的自己。(C)

我會看學長他們怎麼做，詢問學長的意見，高中應該有自己的想法，教練說的話要想一下再判斷對我有沒有用，在一些技術跟體能方面都要提升，以後的競爭只會越來越大，打的不好就會被替換。(E)

其實高中比國小國中還要自律，因為更明確自己的目標，要往上打職棒一定要付出更多，要知道自己缺的是什麼，才有辦法在職棒生存，在高中就很清楚職棒是很殘酷的，所以希望可以把自己練得更強壯。(F)

對子女競技運動成就保持平常心，讓孩子能在最佳的競技運動情境中成長，對其生理、心理與社會層面皆能有更正面的提升(王亭文，2021)。運動員的養成是運動員付出時間、情感、體力與個人意志的累積，透過自身的努力在運動場域中堅毅的攀爬展現生命的歷程，受訪家長提到打棒球的現實層面，皆表露出心疼卻也無可奈何之情，但同時保持平常心看待情境，不過度解讀與提出負面評價。

我兒子問我天賦重要還是努力重要？到了高中你沒有辦法跟他說，你努力就一定會達到你要的目標，他自己可能各方面條件不夠的時候，他就會問我說，我還需要努力應該努力嗎？我當下真的是超心疼的，因為

打球有太多要面臨的現實問題，不只是自己本身的問題，還有很多外在的問題，會影響到他們的表現。(AA)  
高中他又面臨受傷的問題就很挫折，每個階段都有一個瓶頸，就是他自己其實很在意表現，比賽如果他沒有出場的話，回家會有負面情緒，這個就是他要克服的問題我幾乎都要一直提醒他，這條路雖然走得很艱難，但是你自己要去突破，就是碰到問題自己要學會如何去處理和解決，我們不會去說不打球那你要怎麼辦？就不會講那些喪氣的話。(EE)

訪談中談及親子關係衝突的表現，學生棒球員表示較少不一致的情形，認為最多是口氣或態度上的不耐煩，或者是生活中的小事情，表達的想法是這些都沒什麼，並不會影響到親子關係，在想法上認為沒什麼親子衝突，因此並不會多做後續的處理與思考，相較家長這端對於親子的疏離與叛逆感受較為深刻，對家長來說衝突來源除了發展階段的身心議題容易產生親子衝突，可能是對未來規劃的選擇，特別是在爭取自主權、責任與權力、情緒管理、期待的認知差異也容易產生親子衝突，使得親子在意見與態度上不為對方所接受，訪談發現家長有更多的協商與因應方式，藉由語言引導、具體行動、改變環境或氛圍去做協商，因此觀察親子衝突的協商主導大部分落在家長這一方，同時也觀察學生棒球員在高中階段皆把生活重心與目標設定在棒球上，運動行為更加自律與努力表現，試圖爭取先發位置並超越自我與同儕，此階段學生棒球員面臨高中畢業後要繼續上大學或是進入職業隊的分水嶺，因此在運動員身份是認同發展最高的階段，不論是心力與精力的投注皆在運動表現

上，學生對於親子關係的衝突落或不一致的關注力就顯得較為薄弱，在學生高度認同運動員階段，家長端更加顯現父母對子女的憂心，像是擔心打球受傷與偏差行為，甚至是子女對自主權的爭取，此時父母表達的過程往往呈現出焦慮、緊張、擔心的負面情緒，這時學生棒球員可感受到父母的負向情緒，同時期也發現家長能夠結合社會支持因素來幫助學生棒球員在高中階段的轉換，而學生棒球員也開始納入同儕支持與教練支持的影響力，對於高中階段親子關係的觀察，發現親子之間的運動期望與自我期望已有所差異，學生棒球員關注的是當下的情境與表現，此階段眼光聚焦的是現在，而父母思考的往往是未來，這也是觀察親子衝突中彼此價值觀念的差異與分歧。

親子衝突的關係呈現子女在青春時期階段追求自主與角色認同矛盾的樣貌，家長面臨子女對權威的挑戰與掌握度的界線拿捏，加上同儕、教練外在人際因素催化，親子雙方各自在期待不符或是家長期望落差下產生拉扯，子女在現實與理想中感到失落，家長內心也對子女未來感到擔憂，因此加劇親子雙方負向情緒的升溫，進而導致情緒對立以及行為衝突，此時親子關係呈現對立不一致的樣貌，在訪談中可深刻感受親子雙方有情緒衝突時，理解對方才是衝突降溫的前提，除了父母，透過其他重要他人、教練、同儕產生的人際互動，學生棒球員可以明顯感受到自我價值與被支持的重要性，對於學生棒球員來說重要他人的社會支持具有正向影響，在運動能力分配的高中階段，有的球員必須頂著能力好的壓力，有的球員需要承接能力不及的失落情緒，此階段迫使球員更加看清現實與理想的距離，家長對學生棒球員運動的期望，可能是投射的壓力亦是看清環境現實與自身理想的殘酷，訪談中發現家長在親子關係中能彈

性調節自身角色，協助學生棒球員發展階段性自我認同的過程，亦看見學生棒球員對生涯目標的堅持，親子雙方共同體驗衝突情緒的表達與理解，在衝突經驗下持續協助學生棒球員發展自我與他人關係及未來社交適應的能力。

### 第三節 學生棒球員生涯進路

#### 一、生涯規劃

學生棒球員成長歷程在各階段自我概念型塑下，透過自身能力妥善規劃進而達到目標的安排為生涯規劃，對許多學生棒球員來說，從小接受嚴格且有計畫的訓練，無非是想在運動場上獲得更優異的成績，甚至以職棒選手作為將來的人生目標，受訪學生表示高三的棒球實力是最主要決定生涯選擇的變項，高三有成績就很明確生涯的選擇是職業棒球的選秀，繼續升大學顯然變成一種退路的選項。

如果到高三有實力會想拚拚看選秀，如果實力沒有到那個階段的話，就是去大學再磨練一年，然後再看能不能選秀，第二條路就是看能不能當教練。(C)

高三打到有成績就是去選秀朝職業棒球去發展，因為家裡環境沒有很富裕，想靠棒球這條路改變家裡的經濟環境。(D)

現在我高三就是要準備選秀，因為我的目標就是去打職棒，想讓看好我的人不會失望，覺得壓力很大。(F)

另外訪談顯示畢業後明確決定升學的規劃，一方面為技術與心態尚未有足夠的信心，一方面是擔心棒球生涯是否能持續，皆反映出學生棒球員對於未來不確定的不安與擔憂，高中時期是運動員生涯發展的過渡階段，不僅應關注在其所面臨的運動生涯轉換，同時也要關注各種生活領域能力而非只專注於運動，強調各發展面向對運動員生涯轉換的重要性，穩定的親子關係可陪伴與鼓勵運動員接觸較多元的生涯計畫，避免學生棒球員受限於刻板印象窄化其未來職涯選擇。

我自己高中畢業是比較想要先去讀大學，就是再把自己的技術和心態練成熟一點，要準備選秀或上去職棒才不會有誤差，在比賽的場上也不會那麼有壓力，我覺得心態調整好，表現也會比較好，當然就是看高三那時候的成績怎麼樣。(B)

我想先升學，就是先把大學讀完拿到學歷，以後沒有打棒球的話可以拿學歷去找工作，高中教練叫我好好練，否則高三畢業沒有人要我，因為我現在只有打擊，要再練一個固定守備的位置，就是我也不知道棒球可以打多久，也只能先把大學讀完。(E)

運動選手生涯的短暫與現實，在求學階段就必須引導適當的生涯規劃，包括升學與就業發展方向，訪談呈現學生棒球員做出生涯選擇的決定，主要以棒球作為升學的跳板，除了評估自身的學業與術科能力的優劣，家庭因素為影響高中棒球員生涯規劃最主要的社會化媒介，最後再評估外在環境可行性，資訊分析與建議則以教練的意見為主，學生本身在做決定時，也

會參考家長以及國內外職棒相關發展資訊，相互比較之後再做出生涯規劃目標，此外發現學生棒球員與父母安全的依附關係能促進學生棒球員更積極地進行生涯探索與生涯決定，顯現生涯發展的選擇面向其中包含了個人、家庭、及社會的層面。

高中是一個轉折，因為高三表現是為了進入大學或是職業隊，你在高一高二就可以慢慢去接觸不一樣的，像是大學的發展與環境，或是業餘隊哪一個位置比較缺，高三才做生涯規劃太慢，你又要面臨選擇又要思考，還有課業壓力然後要打球，我覺得這樣太多東西壓力會過大。(A)

教練常說高中三年很重要，教練會提供你意見也會幫忙分析，學校其實也有幫忙給你意見，但我們是用獨招用棒球的實力來推甄，通常都是教練或是自己的選擇，然後跟爸媽討論出來的一個結果。(B)

父母的心態與期待反映在親子互動當中，深化子女的想法與價值觀，進而影響學生棒球員的生涯決策與發展方向，若從階級的觀點來看學生運動員生涯發展的優劣，不單只是受到學生運動員本身的努力而定，不同社經地位的父母對運動參與程度及目也會有所不同，不同社經地位的父母對於教養的認知不同，也進而影響教養方式的資源與分配，使子女擁有較佳的家庭資源，相對讓學生棒球員有更多機會選擇生涯進路的方式，父母支持的關係與品質進而對學生棒球員的生涯發展決策產生重要之影響力，訪談父母發現除了父母本身提供的資源影響學生棒球員生涯選擇之外，重要他人如教練的分析建議、參照學

長的生涯發展路徑，也成為父母與學生棒球員探討生涯規劃參考的指標方向。

高中就很明顯的知道未來可不可以走職業路，我們有討論過，畢業後他想往公家單位的棒球隊，打幾年球之後可以轉正職的工作，可能想先拼甲組球隊，我請教過老師他就建議我讓小孩多接觸各面向的東西，因為在台灣打球太專一，所以我鼓勵他多嘗試其他方向的接觸。(AA)

他想打職棒當然就是全力支持，我就說那你要好好拚出成績，我常講你們已經算是半個公眾人物，你所有的品行態度都會被別人放大看，還是要有大學畢業啦，大學太多東西可以讓他去學，不是只有打棒球，還可以慢慢地去想方向，不是只有父母，學校資源、教練也很重要。(EE)

高三有中職跟旅外的選擇，我會先聽他的想法再分析給他聽，教練就是建議他應該要去旅外，去旅外當父母的其實很擔心，我跟他說很多人打職棒是因為他們想要改善家庭經濟，可是我們家不需要你去改善家庭經濟，所以我告訴孩子希望他能快樂打棒球。(FF)

綜合學生棒球員對生涯的規劃，最大目標以進入職棒為首選，若受限於自身能力則選擇往大學端繼續磨練並等待機會，對於進入業餘棒球隊或是從事教練職缺思考的是穩定的考量，特別在高中時期逐漸有生涯規劃的意識，並且開始評估自身能力產生對自我評價的概念，高中青少年階段為重要形塑自我認

同的統整期，其中受到家庭因素的影響與父母的期望產生對生涯選擇的看法與價值，訪談發現若此階段家庭影響力無法協助學生棒球員發展一致性的自我認同的概念，則會產生自我懷疑與破壞性的行為，進而可能引發偏差行為或是人格缺陷，學生棒球員在生涯壓力與未來不確定性之下，對照反映出家長內心亦對子女未來生涯的擔憂與不安，生涯規劃為一系列長期動態且終生的歷程，其中蘊含親子關係的陪伴、發展自我價值等因素交互作用下產生的信念，學生棒球員在發展生涯抉擇之際，社會性重要他人教練與同儕的建議與回饋亦會直接影響其生涯選擇的結果。

## 二、第二專長與興趣

高中棒球員畢業後將面臨升學與就業的問題，除了加強球技部份外更不可忽視第二專長的培養，發掘其他興趣與能力，大部分學生棒球員的時間都專注在訓練，又或者個人運動員認同程度太高時，就會知覺我只會打球我就是個運動員的身分認同，對於其他領域的學習與挑戰就會逐漸產生卻步的現象，此認知與情境不利於生涯發展，訪談發現個人對棒球員認同太高，確實會阻礙發展其他興趣的探索能力，擔心探索的風險影響到打棒球的現狀，大部分學生表示打籃球、打羽球為其他打棒球以外的興趣，較少表示自己還有運動以外的興趣與專長，顯現高中階段學生棒球員對於第二專長的培養，發掘其他興趣與能力還有更大的發展空間，學生棒球員堅持在棒球運動的過程中，需要學習自我生涯探索也需要發展多面向的第二專長，目前台灣教育環境校隊的訓練時間比課業時間長，學生棒球員時間與空間的不足，加上外部環境與內在侷限之下禁錮學生棒球員對

外的發展與探索，訪談學生皆表示認真的投入棒球運動就是認定棒球是自己的第一專長，體育班追求的生涯路徑是一路到底的堅持與信念。

因為我真的很喜歡打棒球，無聊的時候可能會去打籃球或打羽球，因為我們運動細胞好學其他運動都很快，但教練怕我們吃蘿蔔受傷所以不希望我們打籃球，畢竟棒球才是自己真正的專長，我們就是要自己保護好自己。(B)

有時候會看勵志的書或看一些關於棒球的小說，也會和同學打籃球，然後放假我在網路上自學吉他，我覺得只要有心，就可以做得到。(D)

我曾經想過不打棒球，我有想過要去讀餐飲科，對煮菜蠻有興趣的，放假會去看影片如何煎牛排之類的，我會煮宵夜和爸媽一起吃，現在學校家政課有教我們做甜點，我想學但是這學期只上過一堂家政課。(F)

體育班過於單一訓練的問題，導致學生棒球員對其他第二專長與興趣探索的怯步，訪談中除了學生棒球員高度認同運動員身分導致外，學生棒球員自我的設限、環境、時間與空間的侷限，加上教練或是父母對於其他面向的探索與嘗試，可能會造成學生棒球員受傷而影響出賽的擔憂，發現這一代的父母對孩子的能力以及興趣有更多的包容與接納，但面對有運動天分體育班的孩子，家長仍然感到資訊與空間的侷限感，即使目前政府控制體育班的訓練時數，避免過度訓練影響未來生涯發展，訪談發現亦無法增加學生棒球員挖掘自己的興趣以及在生涯規

劃的多元性，顯現菁英式訓練與學校教育所產生的碰撞效應往往不是正向的，對學生棒球員與家長來看體保生升學管道，認為是教育制度在體育班生涯規劃的良善立意，單一訓練問題與單一生涯路徑形成教育的平行世界，除了專長訓練外，學生棒球員都在做什麼？大部分的回答都是更努力做自主訓練，集中體育班級與專一訓練同時限縮了學生棒球員多元的學習視野，未來的世界生涯很廣闊，能力不能單一化，體育只是學生棒球員其中之一的優勢，在訪談中也發現科技的發達與網路世界的崛起，對於時間與空間受到侷限的學生棒球員而言，無非是一個對外接觸與學習的管道，樂觀的來說藉由網路平台取得資訊與教育現場的改變，可以看到體育班學生努力在體制內找到的平衡。

### 三、社會網絡的人際關係

少子化的趨勢反映出的是家庭結構的問題，家庭結構變化則是影響親子關係因素之一，訪談發現不論是少子化的現代家庭或是擁有多個子女的家庭，皆指出家庭教養對子女人格形塑的重要性，現代父母能給予孩子的資源遠比過去的家庭夾帶充裕的資源，並能提供親情互動和親職需求的父母角色，其中從手足關係與同儕關係的訪談提出相關性皆呈現能夠互相學習以及分享資源的效應，少子化的家庭結構有獲得較充裕家庭資源的機會，家庭有手足關係能擁有較佳人際學習與社交能力，學生棒球員身處體育班的隊友，呈現出競爭的同儕關係卻也是能夠互相學習的人際對象，體育班集中管理的校園生活同樣擁有人際溝通學習與團隊合作的能力。

手足：哥哥去大學裡學到的東西也會教他弟弟，畢業後他想往公家單位的棒球隊，可能跟哥哥有點影響，因為哥哥打棒球的不順遂他其實也看在眼裡，他們倆兄弟會互相討論分享，現在我已經不能夠去影響他們了，尤其現在的資訊太多太快。(AA)

同儕：會去跟同學比較實力，每個人都有自己好的地方，就是看他們好的地方然後學習，同學不會是那種惡性競爭，像是投球動作就叫同學幫我看有什麼不對，他們都會幫我糾正，我們就會互相幫忙，那私底下可能是會討論或是嬉鬧開玩笑這樣子比較多。(F)

除非獨生子女，從出生起就在爭取家裡的資源，年齡相近的手足，愈會發展出與對方截然不同的人格特質，來強調自己的存在並爭取家裡的資源，觀察訪談手足間的身分效應，手足的和諧取決在父母的教養觀念與手足對待，訪談中父母分享從小對手足互動的引導，利用身教示範人際互相尊重與公平對待行為，也就是說親子關係互動的人際模式，同樣呈現與反應在手足關係中，當學生棒球棒球員進入體育班同樣能建立既為競爭又能互相學習的同儕關係與社會資源。

#### 四、對未來學生棒球員以及家長的提醒

學生棒球員打棒球的歷程從國小、國中到高中，受訪學生從國小一年級開始打棒球，平均投入的時間已 10 年至 12 年，學生棒球員述說在棒球場上企圖闖出一片天之前的奮鬥經驗與心路歷程，對未來欲加入棒球體育班的學弟提出自身的提醒與建議，受訪學生提到時間的概念，分別是分配時間以及犧牲時

間的重要，表示上了高中之後明顯感受到國小與國中學業基礎的重要，落後的學業銜接不上高中階段課業的困難，提醒體育班球員對於時間分配能力的養成，學生與棒球員兩者的雙重身分需要懂得時間的運用才能兼顧，另一犧牲時間說明每天的進步需要耗費心力時間才能達成目標，相同傳達的運動信念皆為「努力」的重要。

國小國中還是高中都有不同的問題，體育班就是看你怎麼分配時間，我覺得基礎課業其實很重要，但你要又要兼顧球技，我是建議基本學業要先顧好，棒球員集中在同一個班級會比較容易管，可是學業取決於個人，假如你會分配時間的話，讀體育班對你來說是沒有關係的。(A)

跟他們講說走這條路是非常辛苦的，會犧牲很多時間跟東西，私底下有多餘的時間要努力加強不足的地方，然後每一天每一天都要慢慢進步，才能越來越好。(C)

體育署修正國中小體育班學生每日訓練時數的限制，在訪談學生提到自律與管理的述說中，感受不到有效避免過度訓練而影響生涯發展，學生棒球員在訓練上知覺需要自我約束與自我管理，時間運用皆投入在棒球訓練上，評價認知與行為傾向傳達的運動信念皆為自律態度的重要性。

最重要的就是他們要自律，然後努力不要偷懶，高中練球是教練開的課表做完就可以休息，有時間就自主練習再做重量訓練，自主的意思是要讓自己再好一點，

就是自己再多加強一點，自己的心態也要調整好，因為越上去壓力就越來越大，就是要趕快調整和加強。

(B)

不要做一些不該做的事情，像是我們出去比賽就會有人抽菸喝酒，你被抓到對你自己也不好，把自己管理好，還有訓練上的態度，應該是說你訓練的態度，取決於你上場的機會。(E)

受訪學生提到走棒球這條路需要堅持的信念，過程遇到的困難與挫折需要不放棄的精神，傳達的運動信念皆為堅持的重要，綜合所有學生提供給未來加入棒球體育班的提醒為「努力」、「態度」、「堅持」的運動理念。

就是堅持到底不要放棄。(D)

堅持吧，過程一定會遇到很多不好的地方，當然你要堅持，知道未來就是要走這條路，不能因為一點小挫折，就覺得自己很爛做不到。(F)

身為學生棒球員的家長，陪伴學生棒球員從國小、國中到高中一路參與子女打棒球的歷程當中，透過自身經驗的歷程回顧，分享對未來相同身為學生棒球員家長的提醒，其中受訪家長在具體行為上提出自身想法與建議，建議學生棒球員可以朝向多元性發展，並且提早規劃生涯目標避免轉換生涯跑道的適應問題以及降低對未來的茫然感，傳達學生棒球員盡量降低把自己生涯道路走窄的信念，鼓勵嘗試多元性的探索以及不同面向的視野，並時時確定目標道路的路線做好生涯轉換的預備，

另外也有家長建議未來升學的考量，學校選擇最好能夠符合子女能力程度來做為升學上的依據，高中應該考量是否有表現舞台與被看見的機會，也需要認知學校在資源挹注的多寡程度，是否會形成家庭經濟負擔的考量。

我建議不要只專注在一件事情上面，多元性一點往別的方向去，如果國中畢業選擇不打球就轉高中社團可以打黑豹旗，可以唸書也可以打球，過一般正常的學生生活，以前國小，國中畢業旅行都缺席很可憐，我覺得如果打不上去，越早轉換跑道越不會茫然。(AA)我會建議小孩既然要打球，你要有上場的機會，球探才能看到你的表現，你希望小孩在高中繼續比賽的話，那當然就是挑自己能力程度的學校去升學，有些家長會有頂尖學校的迷思，優點是學校資源多，其他體育班學校要付月費、住宿費、生活費這也是家長要去考量的經濟問題。(EE)

受訪家長對未來身為學生棒球員家長的提醒為「陪伴」的重要，其中傳達親子之間情感交流的重要，不論在運動表現的優劣程度，可貴的是親子雙方共同經驗的互動歷程，面對子女感受到的挫折感，家長就是無條件接納並提供鼓勵與安慰，在打棒球的過程給予支持感受，並在青春期嘗試當子女的朋友，利用引導或轉變情境宣洩學生棒球員打棒球的壓力，陪伴的內涵也因家長不同的社經背景、教養信念等因素形成陪伴品質與深度的差異，綜合所有訪談家長提供給未來身為學生棒球員家長的建議分為「行為導向」與「情感導向」的面向。

就是陪伴啦，其實很多打棒球的小孩都是原住民，家長比較忽略運動員，像是住校他打電話回家你要關心他在學校發生什麼事，我覺得關心很重要，讓他感受到家人的愛，他會感覺家裡的人都在關心他，也比較不會走偏差，他就會知道他的目標在哪裡。(BB)

做父母的的就是陪伴他，就是陪他朝著夢想去實現，不管是低潮或是打得比較順遂，跟他一起快樂開心，當他有狀況的時候，就是鼓勵他安慰他。(CC)

我覺得陪伴很重要，有些人上場時間不多他就選擇放棄了，這段時間小孩子可能是煎熬的，碰到挫折整個心態會不一樣，還有小孩的升學問題，因為他們課業也沒有很好，升大學我會擔心學習適應的問題，家長就是陪伴小孩走這條可能是順利或是艱難的路。(DD)

我是覺得陪伴很重要，打棒球的心理壓力很大我就是跟小孩當朋友，小孩願意講出心裡話，我們就可以適時的去幫助他，我覺得很多人表現不好是因為壓力，然後棒球員他們從小到大真的沒在讀書，他們如果不打棒球很容易學壞，所以我覺得家長的陪伴真的滿重要的。(FF)

學生棒球員皆表示高中是重要的轉折點，在高中時期才開始有生涯規劃的意識，高三的棒球能力是最主要決定生涯選擇的變項，家庭為最主要影響生涯規畫的因素，加上高中階段開始納入教練的分析以及參考學長的過往經驗，面臨的是生涯的選擇，更加看清現實與理想的距離，生涯發展的選擇包含了個人、家庭、及社會層面的考量，在運動能力分配的高中階段，

同時看到學生棒球員必須頂著能力好的壓力，另一方則需要承接能力不及的失落情緒，觀察訪談的家長端皆能夠先處理情緒再處理問題，並依子女的特質與發展階段去引導與觸發正向動機與行為，透過情感的連結使親子之間能有親密感與支持性，此外發現球員與父母良好的依附關係能夠促進球員更積極地進行生涯探索與生涯決定，生涯規劃是一系列動態的過程，親子關係的互動過程與溝通經驗，間接影響學生棒球員發展其他生涯選擇以及生涯方向的可能性，在訪談中可深刻感受到父母對子女的關愛不是一種情緒而是一種關係的建立，在親子雙方有情緒衝突時，理解對方才是衝突降溫的前提，此外也觀察到學生棒球員自身在體育班的身份，能夠明顯感受到與一般生的不同，集中體育班級與專項訓練時間限縮了多元的學習，其中包括人際關係與表達溝通的不同，更顯現棒球員在同溫層相似的環境與語言，直率的表達與單向溝通文化下，對比出其他生涯的探索與發展人際關係的侷限性。

觀察親子關係對學生棒球員的社會化過程的影響力，在於父母對子女的理解、接納、尊重是最好的身教示範，可建立親子關係的親密感與信任感，給予穩定安全的親子依附關係，亦能建構學生棒球員發展人格特質與社會能力，現代父母能給予孩子較充裕的資源，並能提供親情互動的父母角色，手足關係與同儕關係也能提供人際學習與社交能力，也就是說親子互動的人際模式，同樣可以延伸並運用在社會網絡中的手足關係或同儕關係裡，透過訪談內容理解學生棒球員在親子關係的樣貌與特徵，並瞭解親子關係面對期待落差與衝突如何做出協商策略與因應的方法，從早期因為家人關係而開始接觸棒球運動，在棒球運動的中介看見父母教養風格的呈現，瞭解家庭成員間

的互動與依附性，並探討學生與棒球員雙重角色的轉換，在運動社會化歷程下看見親子雙方的運動期望各自的內心需求，當親子關係期望發生落差衝突或意見不一致的情境，親子雙方面對衝突與矛盾呈現正向的化解與協商策略，重要他人包括父母、教練、同儕的人際支持，對於學生棒球員給予支持力量卻能不過度涉入引發壓力，棒球世界中理想與現實的拉扯對生涯規劃產生不同路徑的選擇，社會網絡的人際關係亦是生涯選擇考量重要因素，最後傾聽學生棒球員以及家長對運動歷程的回顧與提醒，球員對未來加入棒球體育班的提醒是時間管理的重要，並傳達努力、態度、堅持的運動信念，家長對未來身為球員家長的提醒是陪伴的重要，傳達親子之間行為導向與情感導向的親子互動模式。



## 第五章 結論

本研究旨在探討親子關係如何影響高中棒球員的生涯規劃，在研究中探討的面向包括：學生棒球員如何透過棒球走出屬於自己的生涯道路，並分析親子關係帶給學生棒球員在生涯發展上產生的議題，研究者藉由質性研究的半結構式訪談方法，訪談高中棒球隊的學生棒球員以及學生棒球員的家長，藉此來理解目前學生棒球員的家庭經驗以及運動歷程，欲提取家長層面之資訊來瞭解親子互動影響之脈絡性，透過家長與學生棒球員的視角來進行探究，理解學生棒球員以及家長透過棒球產生的親子互動，是如何影響對未來生涯發展的想像，探究親子關係的樣貌，以及親子雙方在互動之下產生的期望落差與價值衝突如何做出協商與因應策略，本章分為二節，第一節為結論與反思，針對第四章的研究結果與發現就本研究問題提出整體的結論；第二節為限制與建議，提出本研究的研究限制，並對未來參與棒球的學生以及家長提出研究結果的建議。

### 第一節 結論與反思

親子關係是彼此心理交流的互動歷程，家庭環境與家庭成員之間產生親子的互動，發現早期家庭陪伴運動的經驗有助於親子關係的建立，進而形成子女運動價值觀的建立與身分認同，特別是親子一起參與運動感受到的正向經驗，家庭資源的挹注也是影響個人參與運動的動機，並對個人運動社會化的動態過程有其影響，父母陪伴一起運動可激發起子女對運動的興趣，

親子關係也更加親近，其中包含提升親子關係的親密感與信任關係，對於一個學生棒球員來說，當運動生涯中面臨瓶頸、低潮、困難或抉擇時，往往身邊最親近的人會成為最具影響力的關鍵，家人在精神與行為的支持最為重要，從期望價值理論來看學生棒球員的運動歷程，受到社會文化因素影響個人參與運動的動機，在研究中也發現重要他人如父母、同儕、教練等的信念及行為對於個人參與運動動機的影響，對於父母教養方式總結以能溝通及關懷、尊重及接納的民主式教養行為最受到子女肯定，家庭溝通越高、支持良好、親密度高，則家庭矛盾衝突越少，父母可以是學生棒球員背後支持的力量，相對父母與社會的支持性越高，亦可能造成學生棒球員內心感到壓力，即使在不同的家庭結構、社經地位及管教方式下皆具有其類推性，家庭的支持是讓子女感受到家庭的溫暖進而產生對家庭的歸屬感，從階級觀點來看教養風格，不同階級的父母在運用家庭資源有所差異，白領階級重視學生棒球員自主與創造的能力，藍領階級重視刻苦耐勞，聽話服從的性格，身為提供親情互動的父母角色，除了傳遞親情與信任之外並應當學習愛以及表達愛的方式，與親子關係有更多情感上的連繫與替代性學習的效應，當代父母的教養信念隨著子女發展階段不同的層次逐漸做出改變，而非以過去權威控制或順從為親子管教的行為導向，親子雙方若能彼此感受到親情的溫暖、信任與支持的態度，親子雙方則對親子關係的品質感到滿意。

依附理論和教養方式密切相關，主要是子女與主要照顧者建立起情感連結的親密關係，良好的依附關係可促進正常的社交能力和情感能力的發展，親子互動與溝通模式隨著子女發展階段不同與民主化潮流也有所差異，父母權威管教逐漸改變採

取以尊重、陪伴、鼓勵等方式與子女互動，親子關係在青少年時期轉為平輩的朋友關係，在情感交流拉近青少年對父母的親近感，從階級觀點來看父母對子女的運動期望，不同階級地位的父母對子女運動的參與程度以及目的也有所差異，試著透過棒球培養社會能力外也透過棒球做為向上階級流動的管道，父母的心態與期待進而影響學生運動員的生涯決策與發展方向，綜合父母與學生棒球員的期望，發現親子之間彼此認同的期望才是引導學生棒球員建立運動成就與生涯規劃目標的關鍵，過去父母認為子女有良好的成績表現，才有成就感的現象，在當代社會父母教養信念中，漸漸重視子女的人格發展與多元面向的接觸，多數父母似乎不再認為子女有傑出的學業表現或運動表現父母才有成就價值感，其中發現父母傳遞的運動期望包括身心健康、尋找第二專長、引導生涯方向，以及透過棒球學習團體的價值觀與人際信念，此外子女和父母安全的依附關係能促進青少年更積極地進行生涯探索與生涯決定，親子關係除了正向內涵之外，也包含了衝突、對抗、憤怒和抱怨負向的元素，親子衝突的負向情緒不能被說服只能被理解和疏通，負面情緒安頓好才能理性做後續親子溝通與協商。

青少年社會心理發展階段時期重要的主要任務是建立自我認同，此階段生理與心理逐漸轉變成熟，並面臨向父母爭取自主權與親子親密連結的相互矛盾，此情境下就容易造成意見不一致與親子衝突的現象，研究發現除了身心發展階段的身心議題容易產生親子衝突，特別是在自主權、責任、權力和期待方面的認知差異也容易產生親子衝突，父母期望子女形塑成為什麼樣貌的個人主觀性，導致青少年階段對個人自主權與父母管教權責界線的劃分與消長，親子關係變化的癥結在子代權力爭

取與親代界線維護的拉扯過程中型塑出不同的親子關係類型，青少年處於自我認同與自我概念的統整階段，社會發展也開始扮演越來越多不同的角色，可以說是自主權與親密感的心理掙扎，學生棒球員在親子互動中的動態歷程能深刻感受到父母的支持，也期待親子關係是平等、互惠與合作的，在家庭中他們渴求行為與情緒自主，親子關係也由兒童期的緊密轉為逐漸減少對父母的依賴，彼此的親子關係與互動方式跟隨年齡發展進入平行關係階段，父母給予安全感以及情緒支持，可協助學生棒球員邁向自我統合的發展任務，更能發展出對自我以及他人的正面評價。

根據社會學習理論提出的自我效能概念，自我效能是個人對於達成特定任務的能力和信念，是個人對自我概念的認知系統，我如何評價自己的心理過程，亦可以說是一個人的自信心，青少年正是處於探索自我、定位自我的階段，在進行各種運動或升學生涯選擇的歷程中，個人追求的意義與價值也是重要的人格發展過程，從自我效能的觀點去看學生棒球員的角色與自我概念發展，他們對自我的概念越有信心，越會影響他們在運動上投注的心力與堅持達到運動任務的能力，也比較能面對生涯轉換的困難與挫折，因此學生棒球員在自我概念心理發展的重要性，亦是影響運動信念與未來社會適應的能力，研究發現家長保持平常心看待打棒球的歷程與情境，不涉入過度解讀與提出負面評價，對學生棒球員其生理、心理與社會層面皆能有更正面的提升，從依附理論來看親子衝突的現象，認為青少年如果能夠與父母形成安全依附的關係，會有助於個體自主性的建立與人格養成，並且也會延續甚至影響到未來社會化階段的發展，研究發現這一代的孩子自小生活在民主的大環境中，青

少年對獨立自主有更高的需求，不再全然順服父母傳統威權的管教方式，他們比以往更能勇於表達自己的想法及表現自己的行為，親子雙方彼此的想法與需求的差異，使得衝突自然就發生，親子衝突促使親子雙方進入思考、調節、協商與因應階段，發現家長在處理親子衝突運用的正向策略顯得更加多元化，包括引導策略、改變策略、尋求支持策略、利益交換策略以及折衷妥協的多樣化策略，青少年追求獨立自主時期更加顯現親子衝突下的不安與代溝，但也發現親子關係依附情感連結的強度可消弭親子關係中的衝突程度。

現代父母能給予孩子較為充裕的資源，並能提供親情互動的父母角色，家庭手足關係與學生棒球員身處體育班的隊友關係，同儕與手足既是競爭對象卻也是互相學習的關係，可增加人際學習與社會化過程，擁有高度運動員認同身分的學生棒球員，很少會關注運動以外的事務，對於體育班學生來說，習以為常的將焦點放在運動成就上，卻忘了運動員只是生活中部分之一的身分，高中棒球員畢業後將面臨升學與就業的問題，除了加強球技部分外更不可忽視第二專長的培養與其他領域的學習，目前學生棒球員的升學依據，主要著力於術科的表現為升學取向，展現的是品術兼優的樣貌，卻難以達到學術兼備的社會期待，學生棒球員面臨雙重角色的壓力造成學業低落，進而導致生涯發展窄化的擔憂，個人對棒球員身分認同度太高，確實會阻礙發展其他興趣的探索能力，進行生涯探索或第二專長發展的風險可能造成受傷而影響棒球出賽的擔心，加上校隊的訓練時間比課業時間長，除了學生棒球員高度認同運動員身分導致外，學生棒球員自我的設限、外部環境、時間與空間的侷限，皆是限制學生棒球員對外的發展與探索的因素，從階級的

觀點來看學生棒球員生涯的發展，父母的文化背景、社經地位、家庭結構，影響學生棒球員在家庭資源多寡的挹注，因此家庭提供的資源與支持使得學生棒球員擁有更多機會成本與選擇生涯進路的方式。

高中棒球員做出生涯規劃的決定，主要以棒球作為職業與升學的跳板，高中棒球員能力足夠就是選擇選秀參與職棒，除了評估自身的學業與術科能力的優劣，家庭因素為最主要影響高中棒球員生涯決定的社會化媒介，資訊分析與建議則以教練的意見為輔，學生棒球員內心渴望與追求目標是場上的成績與榮耀，因此學生棒球員必須捨棄一些與家人相處的時間、課業的不足、人際的互動，以及培養第二專長的機會，導致學生棒球員在未來生涯發展可能產生期待上落差與生涯階段轉換的不適應，生涯發展的選擇其中也包含了個人、家庭、及社會的層面，研究發現學生棒球員與父母安全的依附關係能促進學生棒球員更積極地進行生涯探索與生涯決定，良好的親子關係父母可以幫助學生棒球員做好時間管理、嘗試自主學習、增加人際交流與互動、討論生涯發展的議題，進而培育成健康品格與能力表現兼備的運動員，以增加未來就業及生涯發展的競爭力。

## 第二節 限制與建議

### 一、研究限制

本研究的限制在於訪談對象採用立意抽樣，研究範圍的受訪者侷限在單一學校高中棒球員以及家長進行研究，無法從其他縣市學校或者是其他年齡程度的學生棒球員了解他們運動歷程與家庭的依附關係，研究是否會因地區、教育程度而有所差

異，所得之結論無法擴及至其他高中棒球員或其他運動專長的運動員，故成為研究範圍的限制之一，本研究主要還是以高中棒球員的親子關係做為生涯規劃影響的觀點探究，之後如果能納入更多重要他人如：教練、隊友、手足不同的觀點來進行討論，相信研究內容一定可以更加完善與多面向的樣貌呈現。

## 二、未來實務建議

根據第四章研究結果對未來學生棒球員以及學生棒球員家長提出以下建議：由本研究結果得知影響高中棒球員最主要生涯規劃決定過程為家庭因素，資訊來源大多來自於教練、同儕的提供為輔，這也代表家庭成員的父母親扮演著訊息溝通與情感傳遞的重要角色，學生棒球員在學校接觸專長運動並侷限於棒球領域，無法探索更多元的興趣與培養其他專長，求學期間生涯資訊的獲得及概念也是有限的，學生棒球員對於棒球的喜好與投入是可以想像的，對於生涯規劃應提早探索並學習在運動技能外的興趣，以應對將來面對各種不同生涯的變遷，在生涯發展的階段皆面臨理想與現實的考驗，家長與學生棒球員穩定、信任、支持的親子關係可幫助運動社會化過程的發展，社會的支持度越高，則對學生未來的生涯發展會越順暢，學生棒球員若有獲得良好的社會支持，包括親子關係、同儕關係，教練關係的支持，相對擁有較佳的生涯信念，則有助於他們在生涯發展的規劃。

學生棒球員從國小、國中到高中對棒球投注許多時間和精力，在棒球場上企圖闖出自己的生涯進路，學生與棒球員兩者的雙重身分需要懂得時間的運用才能有效兼顧，付出時間與犧牲時間皆說明生涯進路需要耗費時間才能努力達成運動目標，

在訓練上的認知需要自我約束與自我管理的態度，過程遇到困難與挫折需要不放棄的堅持，傳達學生棒球員對運動信念「努力」、「態度」、「堅持」的理念，身為學生棒球員的家長，陪伴學生棒球員一路參與運動的過程，提供具體的資源以及情感的交流，以「行為導向」與「情感導向」的面向做作陪伴的指引，父母給予正面的鼓勵與適當的關懷，不急於替子女做決定與提出負面評價，促使子女找尋屬於自己的生涯方向與自我的定位，親子關係中建立良好的依附性，與親子雙方一致且適當的期待，如同注入潤滑劑可降低青少年階段產生的親子衝突，學生棒球員背負高度認同運動員身分與目標追求的自我壓力，皆需要家長視為一個獨立的個體，給予足夠的信任、陪伴與尊重，發展互惠、彼此影響的親子關係。

父母是建構子女心理發展與品格的關鍵社會支持系統，學生棒球員在情感上最大的支持就是家人，研究顯示家庭教養對子女的影響力，其中親子關係的品質可提高學生棒球員對生涯規劃的意識，協助親子雙方在運動期待的一致性，研究提供親子關係以及教育方向實務的應用價值，理解子女對於學科或術科的表現皆可以展現出自我的能力，協助社會大眾對學生棒球員的理解，傳統教育體制追求品學兼優，在體育班的學生棒球員身上也追求品術兼優，學生棒球員對於棒球運動所呈現的熱情與堅持，也反映出運動過程的艱困與辛酸，本研究梳理出學生棒球員在生涯進路一連串動態自我追求的過程，除了運動員在運動場域的優異表現外，亦能夠看見運動員堅毅且刻苦耐勞的人格特質，親子共享成長過程的開心與苦澀的生命經驗，促使突破自我的設限，並規劃發展出個人合適的生涯進路。

## 參考文獻

### 中文部分：

中華民國棒球協會。取自：

<http://www.ctba.org.tw/game.php?cate=game&type=1>

內政部戶政司全球資訊網（2021）。人口統計資料。取自：

<https://www.ris.gov.tw/app/portal/346>

王凡衣（2021）。少子化現象下的親職效能如何提升。《臺灣教育評論月刊》，10（2），183-189。

王光輝（2007）。臺中縣高中體育班學生學習適應與升學意願相關研究（未出版之碩士論文）。國立臺灣師範大學。

王秀槐（2015）。從「以我為榮」到「證明自己」：華人文化脈絡下知覺不同父母期待之大學生的生涯因應組型初探研究。《輔導與諮商學報》，37（1），79-97。

王宗吉（1996）。《體育運動社會學》。台北：銀禾

王亭文、盧俊宏（2014）。健身運動情境中的自我對話：理論與未來研究發展。《中華體育季刊》，28（1），73-79。

王亭文、李加耀、盧俊宏（2016）。少年球王的康莊大道：訓練、父母涉入與家庭之議題。《體育學報》，49(4)，483-495。

王亭文、劉佳哲（2020）。以生態系統理論分析臺灣競技運動情境中的父母涉入。《大專體育學刊》，22（2），128-142。

王亭文（2021）。競技運動員父母知覺壓力因應對涉入動機與行為的調節效果。《大專體育》，(158)，1-13。

- 王美琇、黃瑞榮、張家銘(2015)。運動參與受代間傳遞影響之探討。*惠明特教育學刊*，(2)，247-258。
- 王震武、林文瑛(1998)。傳統與現代華人的「士大夫觀念」階級社會的素樸心理學分析。*本土心理學研究*，10，119-164。
- 王鍾和(2001)。獨生子女的教養。*學生輔導雙月刊*，74，82-87。
- 王櫻芬(2020)。依附、憂鬱和積極因應對青少年學校生活困擾之影響性研究。*教育心理學報*，52(1)，191-217。
- 左占偉、石岩(2005)。初中生的父母教養方式、社會支持和心理健康的關係。*石家莊學院學報*，7(6)，90-94。
- 田家安、洪聰敏(2014)。城市棒球隊選手生涯規劃之現況探究。*嘉大體育健康休閒期刊*，13(2)，254-265。
- 行政院體育委員會(2001)。中華民國棒球振興計畫方案，臺九十體委競第00079300號，臺北市：編者。
- 何慧敏(2004)。什麼是親職教育？。跨國婚姻家庭之親職教育。載於空中大學主編，親職教育(頁2-15，頁41-62)。2006，臺北。
- 吳明燁(2016)。父母難為：臺灣青少年教養的社會學分析。臺北市：五南。
- 吳明翰、林欣慧(2021)。大專運動員的生涯適應：以生涯建構理論觀點。*大專體育學刊*，23(3)，227-241。
- 吳芝儀(2000)。生涯輔導與諮商：理論與實務。嘉義市：濤石文化。
- 吳英仲、李勝雄(2012)。學生運動員與生涯規劃。*大專體育*，(121)，24 - 30。
- 呂怡蓀、王鳳玉(2011)。淺談父母教育期望對獨生子女之影響。*家庭教育雙月刊*，(29)，14-29。

- 李建宏、張家昌(2019)。體育班經營策略－上車下車改變 2.0。  
*彰化師大體育學報*，(18)，25-37。
- 李殷如、許雅雯(2018)。學生運動員學業刻板印象之回顧。*中華體育季刊*，32(2)，151-158。
- 李雪莉(2007)。別當直昇機父母。*天下雜誌*，368，106-113。
- 周光明(2008)。破解大學生「五困」現象的實踐探索。*教育研究*，29(6)，109-111。
- 周新富(2006)。家庭教育學－社會學取向。台北：五南。
- 季力康(2000)。應重視對大學學生運動員之輔導工作。*大專體育*，47，3-4。
- 林子文、邱逸翔、楊瑞珠、程瑞福(2017)。競技運動情境中運動員的社會壓力來源與影響。*大專體育學刊*，19(4)，316-328。
- 林本源、邱金松(2003)。編製中小學學生體育態度量表之初步研究。*大專體育學刊*，5(1)，11-25。
- 林伯修、林國棟(2012)。媒體再現與臺灣國球的系譜。*體育學報*，45(3)，227-245。
- 林尚武(2006)。運動員教育的省思與生涯規劃的實踐。*國民體育季刊*，35(1)，64-68。
- 林青輝、楊智荃、曾慶裕、童明治(2011)。臺灣高中棒球員旅外之爭議。*大專體育*，112，24-30。
- 林家興(2007)。家庭與親職的意涵與理論基礎。現代家庭的親職問題與對策。載於空中大學主編，家庭與親職(頁1-27，頁175-206)。2017，臺北。
- 林淑芬(2008年12月10日)。面對少子化：一種生命的態度。*新使者*，109，1-1。

- 邱炳坤、李俊杰、李欣霓、黃美珍、楊宗文、陳子軒、李建興、陶以哲、楊啟文、高麗娟、姜敏君、顏伽如(譯)(2018)。質性研究：設計與施作指南。臺北市:五南。87-90。(原著作：Sharan B. , Merriam , Elizabeth J. ,Tisdell)。
- 金樹人、林清山、田秀蘭(1989)。我國大專學生生涯發展定向之研究。《教育心理學報》，22，167-190。
- 姜添輝(2005)。資本社會中的社會流動與學校體系－批判教育社會學的分析。台北：高點。
- 姜逸群、黃雅文、連海生(2000)。父母教養型態、家庭支持、教師教學行為、學生自尊與健康行為之研究。《國立臺北師範學院學報》，13，149-176。
- 柯麗卿(2008)。資優兒童與一般兒童家庭教養特質之探討。《資優教育季刊》，107，15-23。
- 洪菁苑(2014)。生涯探索對生涯未定向大學生發展生涯定向之影響探究。《諮商與輔導》，337，33-36。
- 洪煌佳(2019)。不夠努力還是條件不夠？優秀學生運動員的運動退出意圖。《休閒與社會研究》，20，63-79。
- 洪煌佳(2021)。誰在決定我的未來？教育資源還是教育抱負對學生運動員生涯發展的影響。《休閒與社會研究》，(23)，65-78。
- 洪煌佳、李嘉文(2013)。體育系應屆畢業學生之生涯選擇與成就抱負現況。《休閒觀光與運動健康學報》，4(1)，40-50。
- 洪煌佳、唐慧媛(2011)。生涯十字路口的徘徊：臺灣高中職體育班學生生涯選擇現況。《休閒觀光與運動健康學報》，1(2)，17-24。

- 洪嘉文 (2006)。建置學校優秀運動人才培育體系之探討。 *中華體育季刊*，20 (3)，54-63。
- 胡凱揚 (2017)。熱情與堅持：一個棒球選手運動生涯的個案研究。 *休閒保健期刊*，(17)，19-29。
- 徐維辰、邱文信 (2008)。社會支持－父母教養方式對子女體育態度之影響。 *中華體育季刊*，22 (3)，50-56。
- 袁儷綺 (2002)。獨生學童性別、年級與其依附關係、生活適應之相關研究－以台南市為例(未出版之碩士論文)。台南師範學院。
- 高淑清 (2008)。人口結構變遷下的獨生子女家庭教育。人口結構改變與家庭教育，17-35。
- 張再明 (2015)。突破親職教育推展的困境：論有效適切之親職教育方案。 *臺灣教育評論月刊*，4 (12)，14-17。
- 張宏亮 (1995)。運動績優保送生學習困擾及求助對象現況調查。 *大專體育*，28，91-95。
- 張育愷、古博文、季力康 (譯) (2011)。健身運動心理學：理論與實務的整合。臺北市：禾楓出版。(原作著：Curt L. Lox, Kathleen A. Martin Ginis, Steven J. Petruzzello)
- 張春興 (2004)。 *教育心理學－三化取向的理論與實踐*。臺北：東華書局。
- 張淑媚 (2020)。學業成績在親子關係中矛盾與澄清之自我述說。 *家庭教育與諮商學刊*，(22)，1-30。
- 張添洲 (1993)。 *生涯規劃與發展*。臺北：五南。
- 張添洲 (1997)。青少年發展探討。 *輔導通訊*，49，24-26。

教育部體育署(2014)。深耕基層棒球扎根工作實施計畫。取自：  
<https://www.sa.gov.tw/wSite/public/Attachment/f1465796478698.pdf>

教育部體育署(2021)。110年補助各直轄市、縣(市)政府、推動中小學社區(團)學生棒球發展計畫，取自：  
<https://www.sa.gov.tw/PageContent?n=4513>

教育部體育署(2021)。學校體育統計年報。取自：  
<https://www.sa.gov.tw>

莊清寶(2007)。運動績優生升學輔導制度之執行現況與未來展望，*學校體育*，17(2)，6-16。

許立宏(2021)。體育班運作所需關心的運動倫理與生命教育課題。*學校體育*，(182)，85-94。

許健民(1998)。運動績優保送生的角色衝突。*中華體育季刊*，12(2)，10-13。

郭靜晃、邱貴玲、賴宏昇(2021)。青少年家庭功能、自我堅毅力與心理健康之關係研究。*臺灣社會福利學刊*，17(1)，1-50。

陳又琪(2009)。一個排球運動績優生在國立臺灣大學求學的經驗反思。*學校體育*，19(6)，100-105。

陳子軒(2008)。公共電視運動轉播與國族認同建構－以公視王建民經驗與CBC的【Hockey Night 0in Canada】為例。*新聞學研究*，(96)，213-259。

陳怡帆、程瑞福(2013)。以生態系統觀點析論高中體育班學生學習與升學進路。*體育學報*，46(4)，443-457。

陳彥璇、蘇育令(2007)。談少子化時代下獨生子女之教養方式－以生態學觀點探討。*教師之友*，48(4)，103-110。

- 陳思宇(2019)。臺灣親子衝突研究之回顧與展望。《清華教育學報》，36(2)，159-192。
- 陳美姿、周麗端(2020)。望子成龍女成鳳？教養信念在社經地位與家庭學習環境間的中介效果。《教育心理學報》，52(2)，365-388。
- 陳家豐、龔榮堂、陳月娥(2013)。臺灣學生棒球員留學日本之初探。《海峽兩岸體育研究學報》，7(2)，1-18。
- 陳祥美、李瑞典(2021)。修復式司法對於親子關係影響之研究－以少年事件為中心。《軍法專刊》，67(6)，62-94。
- 陳曉楓(2004)。《學齡前獨生子女的面貌及其母親的教養想法》(未出版碩士論文)。國立新竹教育大學。
- 陳燕雪、張家銘、楊孟華(2011)。運動社會化對國中生的運動參與行為之影響研究。《嘉大體育健康休閒期刊》，10(2)，60-68。
- 程雅妤、王郁琮(2021)。青少年親子關係類型及親子互動差異比較：因素混合模式分析。《教育心理學報》，52(3)，707-729。
- 程瑞福(2011)。改變體育班本質的關鍵問題。《學校體育》，122，56-58。
- 黃光國(2005)。《儒家關係主義：文化反思與典範重建》。臺北市：國立臺灣大學出版中心。
- 黃崇儒、余雅婷、洪聰敏(2014)。檢視大學運動員的生涯轉換：生涯發展模式之觀點。《大專體育學刊》，16(2)，192-201。
- 黃淑玲(2011)。少子女化下的子女。《臺灣教育評論月刊》，1(5)，66-67。
- 黃榮豐(2010)。師長罔很大－正視少子化衍生的管教問題。《師友月刊》，(513)，71-73。

- 黃澄倩、連淑錦 (2021)。馬來西亞華人家庭手機使用行為與親子互動關係之研究。 *中華印刷科技年報*，221-239。
- 黃拓榮 (1997)。國中生父母管教方式、自我概念、失敗容忍力與偏差行為關係之研究。 *教育資料文摘*，40(3)，114-134。
- 黃惠雯、童婉芬、梁文綦、林兆衛 (譯) (2007)。最新質性方法與研究。臺北市：韋伯。(原作者: Benjamin F. Crabtree and William L. Miller)
- 楊國樞 (1986)。家庭因素與幼兒行為：台灣研究的評析。 *中華心理學刊*，28(1)，7-28。
- 楊舜帆、蔡明昌 (2014)。獨生子女青少年運動員在團體運動中之生活適應。 *嘉大體育健康休閒期刊*，13(3)，168-180。
- 葉光輝 (2012)。青少年親子衝突歷程的建設性轉化：從研究觀點的轉換到理論架構的發展。 *高雄行為科學學刊*，(3)，31-59
- 葉重新 (2004)。 *教育研究法*。台北市：心理。
- 廖主民、李玉琳 (2005)。父母對兒童參與舞蹈活動的影響。 *大專體育*，76，73-77。
- 廖永靜 (2015)。親職教育的實踐經驗。 *臺灣教育評論月刊*，4(12)，23-29。
- 劉慈惠 (2001)。現代幼兒母親的教養信念 - 以大學教育程度者為例。 *國立新竹師範學院學報*，14，355-405。
- 劉瓊瑛 (譯) (2002)。弱勢家庭的處遇：系統取向家庭中心工作方法的運用。臺北市：心理。(原作著：Minuchin, P. Colapinto, J. & Minuchin, S.)。
- 鄭志富 (2010)。臺灣優秀運動員生涯輔導模式建置與實證研究期中報告。 *行政院國家科學委員會*，臺北市。

- 鄭秀貴、陳健治 (2009)。棒球員運動生命之敘說。 *美和技術學院學報*，28 (2)，1-9。
- 盧俊宏、廖主民、季力康 (譯) (2008)。運動社會心理學。臺北市：師大書苑。284-299。(原作者：Sophia Jowett, David Lavallee)
- 賴佳琪 (2006)。獨生子女與非獨生子女雙親教養態度，學業失敗容忍力，人際問題解決態度之比較研究 (未出版碩士論文)。國立彰化師範大學。
- 賴雅馨、廖主民 (2008)。父母對於兒童的運動信念及行為的影響機制與兒童知覺父母涉入的品質。 *體育學報*，41 (3)，15-28。
- 錢豪君、高三福、黃芳進 (2014)。體育系學生術科與學科之目標取向、自我效能與自我設限的交互作用。 *大專體育學刊*，16 (2)，202-214。
- 藍佩嘉 (2014)。做父母、做階級：親職敘事、教養實作與階級不平等。 *台灣社會學*，27，97-140。
- 藍佩嘉 (2019)。 *拚教養-全球化、親職焦慮與不平等童年* (初版)。臺北：春山。
- 顏綵思、魏麗敏 (2005)。臺灣中部地區國中小學生自我概念、父母管教方式對攻擊行為影響之研究。 *臺中教育大學學報*，19 (2)，23-48。
- 嚴春財 (2009)。別當直昇機父母－親職教育的另類思考。 *台灣教育*，45-47。
- 蘇錦雀、鄭志富、蔡秀華 (2018)。國民體育法修法對學校體育相關法制規定之影響。 *中華體育季刊*，32 (4)，251-260。

## 英文部分：

- Arnett, J. J. (1999). Adolescent storm and stress, reconsidered. *American Psychologist*, *54*, 317-326.
- Bandura, A. (1977). *Social learning theory*. Englewood Cliffs, NJ: Prentice Hall.
- Birditt, K., Miller, L., Fingerman, K., & Lefkowitz, E. (2009). Tensions in the parent and adult child relationship: Links to solidarity and ambivalence. *Psychology and Aging*, *24*(2), 287-295.
- Blake, J. (1985). Number of siblings and educational mobility. *American Sociological Review*, *50*, 84-94.
- Blake, P. C., & Slate, J. R. (1993). A preliminary investigation into the relationship between adolescent self-esteem and parental verbal interaction. *School Counselor*, *14*(2), 81-85.
- Blustein, D. L., Prezioso, M. S., & Schultheiss, D.P. (1995). Attachment theory and career development: Current status and future directions. *The Counseling Psychologist*, *23*(3), 416-432.
- Bong, M. (2008). Effects of parent-child relationships and classroom goal structures on motivation, helpseeking avoidance, and cheating. *The Journal of Experimental Education*, *76*, 191-217.
- Bradley, R. H., & Corwyn, R. F. (2002). Socioeconomic status and child development. *Annual Review of Psychology*, *53* (1), 371-399.

- Brinkmann, S., & Kvale, (2015). *Interviews: Learning the craft of qualitative Research interviewing* (3rd ed.). Thousand Oaks CA: Sage.
- Darling, N., & Steinberg, L. (1993). *Parenting style as context: An integrative model*. *Child Development*, 113, 487-496.
- Davis-Kean, P. E. (2005). The Influence of Parent Education and Family Income on Child Achievement: The Indirect Role of Parental Expectations and the Home Environment. *Journal of Family Psychology*, 19, 294-304.
- Eccles, J. S., Wigfield, A., & Schiefele, U. (1998). Motivation to succeed. In W. Damon (Series Ed.) & N. Eisenberg (Vol. Ed.), *Handbook of child psychology: Vol. 3. Social, emotional and personality development* (5th ed., pp. 1017-1094). New York: Wiley.
- Eccles, J. S. (1983). *Expectancies, values and academic behaviors*. In J. T. Spence (Ed.), *Achievement and achievement motives* (p. 75-146). San Francisco, CA: W. H. Freeman.
- Eccles, J. S. (1993). *School and family effects on the ontogeny of children's interests, self-perceptions, and activity choice*. In J. E. Jacobs & R. Dienstbier (Eds.), *Developmental perspectives on motivation* (pp. 145-208). Lincoln, NE: University of Nebraska Press.
- Erikson, E. H. (1963). *Childhood and society* (2nd ed.). New York, NY: Norton.

- Houston, TX: Business.
- Krumboltz, J. D. (2009). The happenstance learning theory. *Journal of Career Assessment*, 135-154.
- Jarvie G (2008) Sports as a resource of hope. *Foreign Policy in Focus*, 20th August 2008.
- Lauer, L., Gould, D., Roman, N., & Pierce, M. (2010). Parental behaviors that affect junior tennis player development. *Psychology of Sport and Exercise* 11(6), 487-496.  
doi:10.1016/j.psychsport.2010.06.008
- Marcia, J. E. (1980). Identity in adolescence. In J. Adelson (Ed.), *Handbook of adolescent psychology* (pp. 159-187). New York, NY: John Wiley & Sons.
- Stambulova, N. (2000). Athletes' crises: A developmental perspective. *International Journal of Sport Psychology*, 31(4), 584-601.
- Wylleman, P., Alfermann, D., & Lavallee, D. (2004). Career transitions in sports: European perspectives. *Psychology of Sport & Exercise*, 5(1), 7-20.