

日本優秀運動員的獎勵與輔導現況

文 / 蔡秀華、林謙如



▲日本的運動白皮書 2014，其附錄之運動基本法中，對優秀運動員生涯輔導提出可參照的範疇（圖／蔡秀華提供）

壹、前言

日本的國家運動基本法（スポーツ基本法）中，開宗明義闡述國家優秀運動選手旨在透過不斷的努力，挑戰人類極限，並透過選手在國際競技舞臺成就的積極展現，振奮國民熱情，體會對運動員偉大夢想的感動，進而激發國民運動參與動機，以及對國家運動發展的高度關切。因此，在其總則第二條第6款即指出：需對於優秀選手競技水準提升，持續進行相關策略的聯結及規劃，以達到國家

優秀運動員競技水準提升的具體效益。同時在其第三章基本施策之第三節競技水準提升之條文中，以第二十五條條文闡明：為確保優秀選手的培育，需提供良好的支持體系與環境，包括優秀年輕選手集中訓練、教練派任、賽會規劃等相關體系均須納入策略規劃。同時為確保其未來在社會各領域中的適應能力，需對其生涯轉換能力與技能的學習協助，以助其在社會瞬息萬變的時代，能透過國家整體環境的建置，幫助運動員於生涯過程中

能透過有系統的學習機會，強化社會適應能力，創造日後退役生涯成功轉型之機會。

日本國家奧會 (Japaness Olympic Committee，以下簡稱 JOC)，在優秀運動員的輔導，扮演重要角色，在其高運動競技表現支持系統中，透過頂尖運動員培訓、強化教練與訓練防護員及協會體系、學術教育方案三大策略，幫助優秀運動員邁向表現高峰。三項策略的內容如下：

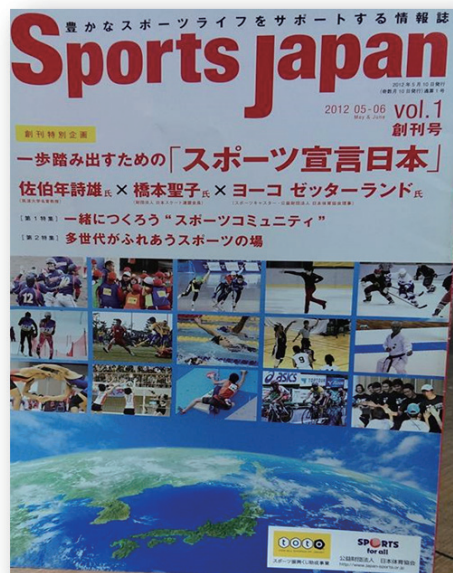
一、頂尖運動員培訓方案：訓練計畫、學習與研究計畫、國際運動交流計畫。

二、強化教練與訓練防護員及協會體系計畫：
（一）強化教練能力，包括教練研習、外籍頂尖教練聘任、相關工作人員研習會等。

（二）教練與訓練防護員海外計畫。

三、學術教育方案：JOC 學術教育計畫，JOC 生涯學術教育計畫，國際運動領袖學術教育計畫，JOC 國際教練學術教育計畫。

結合上述三大軟體工程的策略方案，日本在硬體方面整合味之素國家訓練中心 (AJINOMOTO NATIONAL TRAINING CENTER，簡稱 NTC)，建置匯集運動科研人才進駐的運動科學研究院，以支持高科技且設施完善的選手集訓中心之空間需求。並且整合日本境內 NTC 大型運動賽會場館，分為高



▲ 2012 年日本發行 Sports Japan 創刊號，以日本運動宣言為根基，強化國人共同創造運動社區、營造跨世代融合的運動場域（圖 / 蔡秀華提供）

地訓練、冬季運動、水域運動、戶外運動四大類型，作為訓練資源之硬體資源，充分完備對於運動選手訓練所需的各種實體支持體系之建構。

由於運動員參與競技運動不只可促進國際間實質外交關係，亦是展現國力、宣揚國威、提升國家聲望與地位之有效方式。臺灣優秀運動員在國際賽事奪牌後，討論度最高的議題是選手對於未來的職業，及生涯發展規劃的想望。在臺灣現行的優秀運動員輔導機制上，有關輔導之升學管道暢通、提供獎勵金等模式，對於運動員全面的生涯發展，

雖已有建立運動員生涯輔導的相關法令制度，如何透過具體可行之政策與策略，強化優秀運動員的生涯進程，是提升運動競技力中不可忽視的環節，因此，本文從實務觀點，參考日本女性優秀運動員生涯輔導策略方案，以具體的案例，做為臺灣運動員輔導與配套措施之參考。

貳、日本女性運動員強化支持策略方案

自 1994 年國際奧會女性運動委員會宣示布萊頓宣言，女性參與運動權利以及運動文化面的平等對待，成為各國運動政策推展的議題，基本上可分為三個面向：

一、就國際現勢觀察

各國遵循國際奧會的政策宗旨，建置女性運動員生涯支持策略。澳洲、加拿大、英國、美國、及日本等女性運動員成就績優的地區，在輔導機制上，從生涯發展輔導，教練養成及女性領導人培育的方向，建立多元的輔助策略與方案，為女性運動員的人才培育進行開創性的推展。

二、從運動競技面而言

亞洲地區女性運動員在國際舞臺成就優異，以日本為例，在女子足球、水上芭蕾、馬拉松等項目，都有傑出成就。但在高度競技、訓練的環境下，如何發展系統化的生涯支持體系，輔助女性運動員面對每一個社會環境適應



▲日本奧會 (JOC) 業務涵括選手強化的各項配合事務
(圖 / 蔡秀華提供)

的轉換，成為各國體育政策重要的課題。

三、女性運動員生涯支持的重要性

基於運動員競技生命週期的有限性，如何在生理、心理、社會三方面，提供生活上的協助與輔導，使其無後顧之憂的投入訓練，是重視技術提升之外，必須更加關注的實際層面。特別是如何從選材，育才到成就人才最高表現，有多元的支持系統，是人才培育必須具備的關鍵因素。

四、他山之石

日本體育學術與政策共同思考的觀點，參考 SPLISS (Sports Policy factors Leading to International Sporting Success) 模式，建構日本女性優秀運動員生涯支持環境策略模型，其根本願景就以下列兩項支持體系為基礎，作為策

略模型之根本：

(一) 女性運動員支持環境需求實況調查：

強化數據資料為基礎的資訊管理。

(二) 建構統整運動政策與組織體系的架構：

女性競技強化各階段需求、訓練設施完備、指導者養成、國內外賽事的參與機會的提供、高峰期運動科研的支持。其在個人生涯支持需求提供，分為：

1. 導入期(啟蒙期)：重視生理、心理、社會的支持，強調家庭理解與支持，建立與教練適切的指導關係。
2. 潛能發掘與育成期：重視導入期的重點外，對於此階段運動員生涯期退出關注與支持。
3. 巔峰成熟期：強化競賽支持外，需

重視退役後的生涯支持體系建立，選手與結婚、生產、育兒多元角色的支援，與教練關係的支持，退役及財務管理等重要的輔導要項。

在整體支持環境方案方面：

1. 財政支援：建立兩性平等的指標與策略。
2. 指導者的提供與培育：如教練的關係經營，女性教練機會的提供，教練工作與家庭角色兼顧的輔導等。
3. 國內外競技賽會機會的規劃：建立兩性平等機會的指標與策略
4. 醫學與科學的研究的投入：女性身體與生理特徵上的考量，女性易受傷與罹患疾病防治體系建構，安全教育課程的研發與普及。

03 選手派遣事業



国際総合競技大会への参加は、国境や民族を超えた相互理解を促進し、国際平和にも大きく貢献しています。JOCは、大会ごとに編成方針を作成し、日本を代表するに相応しい選手団を選考し、オリンピック競技大会を始めとした国際総合競技大会へ派遣するとともに、現地での選手団のサポート活動に取り組んでいます。

平成25年度のJOCが派遣した国際総合競技大会は6月に開催されたアジアビーチゲームズと7月にロンドンで開催されたラグビーワールドカップ2015の2大会となりました。

- 1 IOC主催
 - (1) オリンピック競技大会(夏季・冬季)
 - (2) ユースオリンピック競技大会(夏季・冬季)
- 2 OCA主催
 - (1) アジア競技大会(夏季・冬季)
 - (2) アジアインドア&マーシャルアーツゲームズ、アジアユースゲームズ、アジアビーチゲームズ

※ 編成方針を決定せず、競技団体の希望により派遣。
- 3 FISU主催
 - ユニバーシアード競技大会(夏季・冬季)
- 4 EAGA主催
 - 東アジア競技大会(夏季のみ)

▲日本奥會訂定有選手參與國際競賽相關的規劃事宜(圖/蔡秀華提供)

參、結語

日本對於運動員的輔導機制，強調生涯發展縱貫取向的關注及需求供給環境之建置，透過學術研究的調查分析基礎，檢視國內外運動員成就及支持體系的量化評析、進而分析日本境內相關輔導環境後，作為相關輔導策略訂定之基礎。相關配套措施中，以傾聽第一線運動員心聲為起點，重視其身體與生理發展階段不同需求，針對生涯進路中心理及社會可能遭遇課題，以及面對運動組織和整體環境所需的對應能力作策略執行規劃的依據。

其策略核心在結合學術上調查研究的實施，開發並普及運動員培育支持體系計畫，建置與創新運動員策略性支持組織、環境、與系統，並在其個人生涯發展軸線上，透過計畫的實施，引導運動員透過教育研修，在退役後具備能力與機會成為優良運動指導者。關於優秀選手退役後的輔導機制，則聚焦於幫助運動員成為職場上的領袖人才。其策略是透過在役選手生涯期間的職業性向評估，及職能強化的教育功能，結合社會資源挹注，謀合運動員轉任教練、運動指導、企業員工或創業等可以成功生涯轉換的機會。

我國體育政策上，可思考整合各級學校、訓練單位、社會資源、運動組織、生涯轉換輔導等多元體系的規劃，對於運動員生涯照護福

社的未來，透過參考日本現行策略模式，發展多元生涯輔導支持模式策略作介入。同時可以均衡不同性別運動員之權利與福祉的規劃，在啟蒙期重視不同資賦運動員的潛能開發，在競技時期幫助優秀運動員發展最高競技表現，建置運動員可長期專注投入競技表現的優質社會環境，並在其訓練期間，養成個人第二生涯的社會適應能力與態度，透過規劃職場進入的輔導轉型策略，裨利於運動員將其專業力投入不同場域的機會，提升運動人才培育與專業服務人力資源的綜合效能。(本文作者蔡秀華為國立臺灣大學體育室副教授；林謙如為國立臺灣大學體育室講師)

參考資料：

笹川スポーツ財団(2014)。スポーツ白書 2014~スポーツの使命可能性。東京都: 作者。

順天堂大學マルチサポ事業（2013）。女性アスリート戦略の強化支援方策レポート。エッセンス版。東京都：株式会社廣濟堂。

日本体育協會 (2012)。一步踏み出すための「スポーツ宣言日本」。Sports Japan, Vol. 1, 2-7。

監察院（2009）。政府對於傑出運動員培育與輔導之探討。臺北市：監察院教育及文化委員會。

張少熙 (2010)。協助運動員完善生涯規劃之研究(報告編號: Sac-Exc-098 -01-021)。臺北市: 行政院體育委員會。