

職網陪賽經驗的知識建構： 三色空間交往模式的發現

劉一民*

摘 要

本文以筆者九個月密集的職網旅外陪賽為例，從田野經驗出發，探討一個網球教練，如何藉著「源根究本反省」(radical reflection)，將陪賽的意識經驗，層層剝落，直到前意識的部分，進而到教練和選手之間，主客不分的原初狀況，在充分掌握陪賽經驗的意識、前意識及原生意識的面向後，發現陪賽內容可依專業或投入度的不同，分成陪、伴、比、賽四種方式，而教練和選手雙方的交往，是在三色空間流轉中的互動，它們分別是正面、積極、灑滿白光空間下的交往，負面、消極、籠罩危險感的灰色空間的交往，以及失控、抓狂、雙方關係斷裂的黑色空間的交往。透過對陪賽三種色調、三種質感、三種心情、三種感覺、以及面對三色空間的框框反應的釐清，文章建立一個貼近田野實踐的陪賽經驗模式。

關鍵詞：職網、陪賽、教練行為、田野工作、三色空間的交往

* 作者為國立台灣師範大學體育系教授。

The Construction of an Epistemology of Coach's Practice-based Experience: Exploring the Triple Spaciality of Tour Companionship between Tennis Pro and Coach

Liu I-Min **

Abstract

The aim of this paper is contributed to clarify the epistemology of coach's practical experience. For the purpose, this study is based on my nine-months fieldwork experience in accompanying three professional tennis players competing in various international tournaments. It discloses an epistemological structure of companionship between player and coach. I argue that the tour companionship is operated respectively through three colors of spaciality which are white, grey and black. Under the spaciality of white light, the interaction is full of positive, active, and interconsiderate senses. In the spaciality of grey light, the interaction is full of negative, uncertain and dangerous senses. While in the spaciality of black light, the interaction is situated in the critical moment of irrationality, collapse and broken relationship. Through the clarity of the structural model of coach's accompanying experience, this study can thus argue that a coach's practice-based experience is tacit knowledge and the base of knowledge if not itself all knowledge. By looking at the experience of actual sport setting, we are better able to understand the essence of a coach's practical knowledge which is understudied in nowadays academic research of physical education.

Keywords: professional tennis, tour companionship, coaching, fieldwork, triple spaciality of interaction.

** I-Min Liu, Ph. D., PE Department of NTNU.

一、引言：走入陪賽、貼近田野

二〇〇六年初，禁不起選手一再的遊說，申請教授休假，擔任全職教練，陪網球選手陳迪密集赴外比賽，四個月後，因緣際會，接著幫忙他妹妹陳宜，直到九月初開學前，又走了一趟大陸，和王宇佐赴北京參加中國網球公開賽，冗長的陪賽才劃下句點。九個月時間，分別跟著三位不同選手，到過許多國家與地區，參加未來賽、挑戰賽、以及 ATP 等各項不同層級的職業網球比賽。一連串的旅程，密集的陪賽，讓我的生命有機會在極度壓縮的情況下，和國內頂尖選手扣連在一起，融入球員的生活，學習他們的文化，感知他們身心的掙扎，並承迎掙扎下引發的各種情緒衝撞。緊湊的陪賽過程，轉化了我對自己、選手以及教練困境上的認識，陪賽成為自我追尋、(教練)技藝鍛鍊、以及知識成長的歷程，成就我心目中理想的學術實踐範例：密集陪賽，讓我置身於張力十足的人際互動，感知到深邃異常的情緒糾葛，逼我一再進入反省，發展出具實踐意涵的知識建構。

九個月的陪賽，除了銜接不同選手時，有短暫休息外，幾乎天天和選手膩在一起，每個星期，要追趕一個城市，每個月，要交替二、三個國家。打包、整理行李、趕車、趕船、趕飛機，北京、澳門、東京、曼谷、雅加達、夏威夷、雪梨、濟州島，生活追著比賽跑，房間旅館不斷換。很多時候，一覺醒來，不知身在何處，得先做個排列組合，搞定盥洗室方向，才敢下床，等到幾天過後，身體才剛剛熟悉房間擺設，床單枕頭的味道，又要打包走人了。日昨還在廣東江門，今天已繞道臺北，飛抵夏威夷，緊接著又到佛羅里達的德里海灘 (Delray Beach)，地、景頻繁轉換之間，雖有淡淡的(旅遊)新奇，總是不免透著濃濃的疏離，因為找旅館、連絡球伴，趕赴賽場，熱身練習，適應場地，永遠是下飛機後最急著做的工作。

教練和選手的關係，進入旅外陪賽，基本上已經不是培訓的問題，而是彼此關係重建的問題。從購置機票，安排旅程、住宿、吃飯、練習、賽前熱身、策略提擬，以及比賽期間的互動等，一再彰顯出一種平日訓練未出現的景觀：遙遠的國度，鉅額的開銷，美麗的憧憬，險峻的賽事，爭取國際積分和排名的壓力罩頂。在這種特殊的景觀下，選手避開了家鄉熟人的干擾，也免去了個人單獨奮鬥的孤寂，教練成為選手最後的依靠，選手成為教練實現想法的唯一出口，他們的關係，不再是一般的「師—徒」或「教—練」關係，已經落入到彼此的「依存」關係。平日在國內的教導或訓練，對話或諮商，由於壓縮不夠緊湊，或由於社會禮儀的考量，有無法直逼關係陰暗部分的障礙，但在異鄉高度擠壓、又極富挑戰的賽會現場，球員身心躁動發生頻率，遠高於平日，而身心失控，抓狂崩解的場面，也屢見不鮮，不斷衝擊彼此互動，從而牽引出一個全新的關係，帶出重新反省檢討關係的機會。

本文以我九個月密集的旅外陪賽為例，從田野經驗出發，探討一個網球教練，如何藉著「源根究本反省」(radical reflection) (劉一民，2005: 104-105)，將陪賽的意識經驗，層層剝落，直到前意識的部分，進而到教練和選手之間，主客不分的原初狀況，在充分掌握陪賽經驗的意識、前意識及原生意識的面向後，重新建立陪賽關係的經驗模式。在考察陪賽經驗時，我無意誇大網球明星的英雄色彩，也不強調高競技運動的迷幻效果，完全是以教練和選手兩個「人」的互動為基礎，貼近當事人觀點的田野反省。本文接下來的章節，是根據反省發展過程所做的鋪陳：第二章指出，陪賽內容可依專業或投入度的不同，分成陪、伴、比、賽四種方式；第三章發現，陪賽雙方的交往，是在三色空間流轉中的互動，它們分別是正面、積極，灑滿白光空間下的交往，負面、消極、籠罩危險感的灰色空間的交往，以及失控、抓狂、雙方關係斷裂的黑色空間的交往；第四章，透過臨界躁動的再反省，看到教練和選手關係結構的陷阱，找到教練的位置，為

良善互動關係描摹出適當輪廓；第五章重新反省一路上知識化陪賽經驗的過程，能夠在茫然困頓中找到頭緒，靠的是不斷回到田野日誌，袒裡面對田野的不堪，前仆後繼不斷反省，以及堅持住我欲將體育運動經驗知識化的初衷。

二、陪賽四要：陪、伴、比、賽

選手願意花錢請陪賽，必然有所期待，他/她希望教練做什麼？或者不做什麼？教練接受邀請陪賽，也會考慮到底自己能做什麼？應該做什麼？怎麼做對選手有幫助？這些重要的問題，都指向「什麼是陪賽內容」。換句話說，陪賽牽涉到選手的期待，也牽涉到教練的意願和能力。陪賽從來都不是單純地「陪」著選手比賽，它是一項精細的專業教練行為，也是與情緒處理非常密切的人際行為。曾在一個場合，有位父親教練提到陪賽，他是這麼說的：

臺灣很多選手，一個人出來比賽，自由自在，沒有人管。輸的時候，不知道怎麼輸的，贏的時候，不知道是怎麼贏的，心情不好，或壓力太大時，想要放就放掉比賽了，到國外來交朋友，打一天休息六天，很快樂，卻養成很多壞習慣，我想幫忙，也不知道怎麼幫。我自己有女兒要照顧，陪賽是全心在工作，專業在工作，這是職業網球，選手的工作是打球，人家為什麼花大錢辦比賽，給獎金，因為打球是一種職業，是專業，是工作，不能隨便開玩笑。

2006.6.2 田野日誌（爸爸教練自述）

這位爸爸教練很直接地指出來，選手需要人陪賽，而且陪賽從來不只是「陪」賽，它是一種工作、一種職業、也是一種專業。具體地說，它的

內容至少包含四個部分：陪、伴、比、賽。教練不單是「陪」，還要和球員有伙「伴」感，更要與選手連成一氣和對手「比」，同時也能空出自己全心入「賽」，感知自己的選手，感知對手，感知賽場的細微變化，幫助選手洞燭先機。

(一)陪賽四要之一：陪

在職業網壇，有人陪著出國比賽，是很花錢的事，須要負擔兩倍費用，缺乏奧援，只有單飛，而單飛的日子，因打不出好成績，逐漸失去信心，退出網壇的，大有人在。不過，要不要找人陪賽，除了經濟上的考量，還有其他很多複雜的原因，牽涉到選手是否有急迫性，能否找到適當人選……等諸多問題。王宇佐是當今華人圈裏，數一數二的選手，他的看法是：

……也不是每次都要教練陪賽，要看選手是否有需要，兩個人旅行、比賽，雖然有幫助，但也會造成負擔，形成壓力。選手有時候需要人推一把，有時候也想回到自己，享受自在的感覺。

2006.9.4 田野日誌（選手自述）

有位需要陪賽的選手，被問到為何不請父母相陪，她面有難色，道出自己的經驗：

……不行啦，我不是沒試過，有人做伴雖然很好，可是媽媽又不能講英文，也不懂網球，有些時候，不只幫不上忙，還會造成負擔。她是可以陪我，但是比賽需要的不只是陪而已。

2006.5.6 田野日誌（選手自述）

(二)陪賽四要之二：伴

陪賽除了「陪」之外，教練和選手間還要有「相伴感」

(companionship)，彼此互相關心，照顧，否則兩人「話不投機半句多」，或一方面以高傲的態度，拒人於千里之外，另一方以不合作的態度，我行我素，彼此根本沒有相「伴」感，這種情形多發生在被國家或球隊指定的教練與選手身上，或與父母教練嘔氣的親子檔上頭，少數也會發生在專業教練的陪賽上頭，彼此不願意聽對方說，不想理解或執行彼此的意圖。

早上，幫他準備的水果沒吃，提醒帶根香蕉放在球袋，也置之不理，上交通車，各坐一邊，練球要他提早轉身，加快腳步，像是耳邊風，心裏感覺不妙，果然，第一個發球分，便不遵守賽前約定，直接上網，截擊被穿越……

2006.3.9 田野日誌

相伴感的流失，教練在蛛絲馬跡中看到了，而這些身心微妙的變化，選手也不一定立刻可以察覺。另外，教練一些無意的行為，也可能觸發「陪」而不「伴」的懊喪感。

正驚險的時候，我瞄到教練在玩PDA，心裏有點反彈，真井*○，還好回神過來，反敗為勝……結果一下場，還被教練刁又說我比賽不專心……

2006.10.25 選手自述

(三)陪賽四要之三：比

相伴感的觸發或流失，是很微妙的事情，一些不經意的行為，無來由的話語，都可能帶來極大的轉念，造成極大的影響。陪賽過程中，如何保持「相伴感」，是教練和選手重要的功課。國際網球賽會裏，每個選手都是彼此的潛在對手，表面上大家客客氣氣，交往上總不免隔著一層肚皮，只有教練，才是自己可以信賴，也必須信賴的人。選手之邀請教練陪賽，重要的原因之一，是獨立應付比賽太為沉重，有教練加持，共同抵禦「外

侮」，並肩作戰拼鬥對手，是陪賽極重要的功能之一。因此，球員的對手就是教練的對手，球員的障礙就是教練的障礙，球員擔心害怕的事，教練也需要一肩承擔。

濟州電臺要訪問 xxx，我直接告訴記者，選手要準備比賽，有問題我可代勞，結果訪問的話題一路從臺韓風情之不脛，到民俗、飲食，分析球員球風和培訓方式的異同，天馬行空，足足有三分鐘，哇，不禁慶幸還好擋下了這場訪問……

2006.5.24 田野日誌

球員場上比，教練場下也比，幫忙掃除干擾選手的人事物，研究對手的作息、練球和比賽，打聽對手的優缺點和身體狀況，甚至找機會直接向對手做心理卸裝 (psych out)，以及臨場坐鎮加油等，選手用身體準備比賽，教練也用各種行動參賽。以選手的對手為對手，除了幫助選手從不同角度，加強備戰外，也在群雄（雌）環伺，人人自危的環境下，增加教練和選手「同心同德」(togetherness) 的感覺，更是提升選手氣勢與信心的作法。

有些事情，譬如看書，不希望有人干擾，自己一個人，可以集中精神，但是球員比賽，需要有人作伴，比較努力，集合兩個人的力量，比較有氣勢，兩個人打一個，比較有信心。

2006.10.25 選手自述

(四)陪賽四要之四：賽

在陪賽中，教練除了以選手的對手為對手，隨時做好「比」鬥的準備，還需要能全心投「入」比「賽」，用同理心進入選手內部，體會他/她的擔心、害怕，以及各種行為上的意義，從選手的觀點，選手的立場，了解選手，提出對策。

早上 3:00 醒來，賴在床上，把 Rebecca 打法再想過一次，確定她是 pusher，approach 一流，鬥志奇高，但球質不佳，揮拍有點 awkward，不係從小就打球的人，1st serve 雖嚇人，多只瞄中線，向前頂即可。佢想宜咁兜住膽心，我的建議，她的反應，畫面越來越清晰，雙方的優缺點，瞭然於心。番吓下 Ashe 的虐，再確定 pusher 的特質，濃縮（今天）策略及備案成三點……5:40 小憩一會兒……，8:40 和吳雙練完球，宜提到感覺會贏，突然開始緊張，變得全身無力，我嚇了一跳，再確認早餐給佢策略，佢答無誤，講了宮本武藏的故事，笑談間，進入賽場……

2006.5.4 田野日誌

教練入「賽」，要進入「球員內部觀點」（from the player's point of view），其中所謂「球員」，指的不只是自己的選手，也包含對方選手或教練，「入賽」是教練很重要的陪賽技藝，需要教練先空出自己，以完全真誠的態度，感知雙方選手的身心行為，揣摩他們的一言一行，經過融會貫通以後，為自己的選手作說明，訂策略、下指令，似乎教練在入賽中，扮演的是幫忙自家球員和對手溝通的角色。

昨天好整以暇，貼身觀察 Hass 的練習，確定他貴族心態，練球要帥，不願做苦工，我信心大增，直覺贏率很高。今天要守佐一起觀賽，研究 Hass 的發球，過了三個發球局，指出 Hass 發球的定律。第二盤開始，兩人開心進行「落點猜猜猜」，結果我十四個全命中，而守佐也只失誤一個，哇塞！神……

2005.9.29 田野日誌（守佐遭遇第四種子德國 Hass 前夕）

「陪、伴、比、賽」，是陪賽的內容，也是教練的四種技藝，更是教練希望能為選手創造出的四種感覺。在賽會期間，教練不只是一個照顧

者，更是一個潛力的激發者；要做的不只是生活上的「陪」與「伴」，還需要專業上的「比」與「賽」。陪賽從來都不只是「陪」賽，而是教練藉著「陪」、「伴」、「比」、「賽」四種技藝，

在選手身上親身實踐，讓選手體現「陪」、「伴」、「比」、「賽」四種感覺的行為。

三、三色空間交往關係

「陪」、「伴」、「比」、「賽」，作為陪賽的內容，看似很完整，但在陪賽實踐中，它們指的只能算是教練和選手，在正面、積極富有共識，展現雙方誠意的白色之光下的互動，我稱之為「白色空間的交往」；而臨賽的實情，選手身心面對嚴酷的競賽挑戰，會不自覺處在灰色之光的籠罩，對自己的身體、技術或能力不由自主感到危險，如擔心、害怕、矛盾、掙扎、緊張、失去信心、或全身無力等，負面的身心行為層出不窮，教練必須做許多消毒或開解的工夫，我稱之為「灰色空間的交往」；灰色空間的出現，雖然非常頻繁擾人，但教練多不敢掉以輕心，會謹慎處理，可是當球員面對不如意的比賽結果，或碰到極大委屈時，有時會產生很大的身心變化，大量累積的情緒產生質變，形成失控、抓狂、崩潰等「黑色風暴」，此時教練和選手之間的關係會突然斷裂，有了跳躍（leap）的變化，異常的言語、行為或想法突然出現，在風暴的淫威下，教練多只能靜觀其變，我稱之為「黑色空間的交往」。正面積極的白色空間，擾人不斷的灰色空間，充滿肅殺氛圍的黑色空間，讓教練和選手之間的互動，從根本上就被置放在三色空間的曖昧裏交往。

(一)白色空間的交往

職業網壇上的陪賽，除了親人檔外，多是教練接受選手邀請與賽，純就結合的初衷來看，是很單純的依存關係：雙方的原始動機是單純自願的，無法勉強；雙方目標明確，全力求勝；雙方專業水平高，旗鼓相當；外在壓力很大，必需同心齊力應付。可以說陪賽營造了一個很完美的人際交往環境，在其中交往的兩端，一定會致力於互相瞭解、互相包容、互相合作，在苦難的環境下，共同追求交往的成功，創造完美的交往成果。促發良好的陪、伴、比、賽，是雙方的共識，教練和選手是在正面、積極、灑滿白色之光的空間下，進行交往，兩人充滿俗話說「愛拼就會贏」的抱負。其實賽事全程不沾污漬的交往，並不多見，尤其是長期密集陪賽，可說絕不可能，雖然我有過類似白色空間交往的經驗，不過都是單週的陪賽。是在本次長期密集陪賽之前，我曾經於二〇〇四年九月，首次陪陳迪赴日本山葉未來賽。相隔一年，在二〇〇五年九月，我陪陳迪和王宇佐參加泰國公開賽，當時我們曾營造過類似白色空間交往的感覺，他們也各自在當時創造最佳參賽成績。只是，表面上完美的陪賽事例，為期只有一週，加上比賽結果成績優異，蒙蔽了過程中的一些「滄桑血淚」印象（現在重新回想，當時仍有許多灰色的身心干擾），流失深入反省的機會；而本次長達九個月的密集陪賽，讓我有機會走進選手心靈長期隱藏的傷口，自己也多次接收選手的反噬、衝撞，幾經反省，我才慢慢明白，陪賽中存有三色交往空間的轉換，轉換之間，蘊含著深刻的意涵。

(二)灰色空間交往

有了長期陪賽的體驗後，才瞭解全程在白色空間交往關係，只不過是擬想，禁不住長期陪賽的考驗，其主要原因，是陪賽中雙方是置身在極端殘酷的競賽環境裏，在這個環境下，選手對即將發生的賽事，充滿美好的

想像（不敗傳奇、無敵教練），有如置身雲端，遙不可及；可是每次比賽，都要面對競技生命的底線—敗戰輸球，每次的贏球都在等下一輪的輸球；而整個過程，又都在極度壓縮，充滿各種身心折磨的挑戰下完成。面臨比賽，猶如面對戰爭，危機四伏，選手經常會出現莫名的擔心、害怕、或「胡思亂想」，有如群蟲叮咬（bugging），造成身心躁動。

比賽期間，干擾身心的小蟲尤其多，叮咬特別厲害，它們是一種隱藏在心底裏面的危險感，介於知覺和不知覺之間；有些雖無大礙，但有些則可能釀成大災難，不能任其隨處亂竄，必須加以「收編」、「馴服」。以下小蟲群咬的情形，散見在我的田野日誌，隨手捻來，到處都是。

……擔心抽筋，是他佢例行公事，今天已提了不下六次，好像是故意找我碴，看我老驢能否變出個新花樣，有沒有新說詞，唉！哈！好氣又好笑……

……練完球，提到自己在練習時，想到會贏，開始緊張，心一直跳，手脚無力，反拍不敢打……

早餐，問她為何抽掉洋葱，她解釋，因為早上起牀，感覺莫名的興奮，怕吃了刺激性的食物，會變本加厲，所以不吃洋葱，以免比賽時過度激動……

3rd set，一路領先，4:0，她意識到會贏，顯得不自在，果然第五局，大叫「我會怕，不知怎麼打」，叫了兩次，我沒回答，故作鎮靜……

早上臨賽前，一直說他/她一無所有，沒有什麼武器可以贏對方，我笑說他/她是張無忌，跟了張三丰學劍，到最後招數全忘了，已登峰造極，無招勝有招啦……

顯見小蟲叮咬產生身心躁動，表面上是選手的「杞人憂天」，無啥大

礙，但其實牽連到選手內在深層的身心基礎，稍一不慎，選手念頭一轉，所依賴的身心基礎會瞬間流失，有時選手會自己處理妥當，有時如果教練無法將心比心，正面以對，或者嗤之以鼻，任其蔓延，也可能會導致一發不可收拾的結果。

(三)黑色空間交往

灰色空間小蟲群舞，雖然惱人，但和大蟲相比，卻遠為遜色，大蟲具有魔法，會變身選手體內，讓選手著魔，掌控選手的身體心智，使他變成另外一個人。它最常出現的時機，是在選手意識到可能落敗之時，或在落敗之後，身心極度勞累，殘酷的遭遇，加速選手身心存在基礎「斷裂」的機會，情緒不由自主全面引爆，身心被魔蟲所控，形成「臨界躁動」或「黑色風暴」，進而出現極端不可理喻的言語或行為。

……輸了球，繃著臉，走下場，教練爸爸趕緊趨前安慰兩句，xxx突然一陣抽搐，蹣跚並猛摔球袋，高聲嚷道：「你懂個屁，自己來打啊，我不幹了……」，口水、汗水、和著淚水直流，爸爸教練愣了一下，小心揀起球袋，站在一旁，靜默無語，低頭，只是陪著……

2006.5.29 田野日誌（現場觀察）

臨界躁動的爆發，雖然多在落敗後，但躁動的累積，原是逐漸形成蘊釀的，也可能在賽中爆發開來。有一次，我帶的選手，對上一個低階球員，在比賽過程，突然變了一個人似的，發瘋地強抽強打，置輸贏於不顧，不管我明講暗示，希望他在攻擊中，能搭配一些穩定球，就是聽不進去。

對上低階球員，賽前充滿信心，一開始攻守分明，過了不久，突然變了個人，一直猛攻，毆打毆抽，完全沒有過渡球，3比3後，我內心感到不妙，果然輸了第一盤……上廁所，第二盤開始。依然故我，0-2，我提醒配球……1-4，再度提醒配過渡球，他完全不為所動，這

是一場著了魔的比賽。事後，提到在烏茲別克，也曾有類似經驗……

2006.1.17 田野日誌

……會外二輪，對上第六種子 Bogomolov JR. Alex (曾排97)，第一盤強爭取分，但攻守分明，雖然搶七輸了，預期第二盤應可勝出，上廁所回來，谷稼變了一個人，情緒化地暴力打球，依稀可以看到過去著魔的影子，輸了球下場，激動地對我說：「仍要解決打法問題」……，哇塞，原來剛才第二盤，他心中有鬼，要向我證明「我打強，還不是照輸」……唉！真是秀才遇到兵，有理說不清……

2006.1.28 田野日誌

臨界躁動形成的原因，雖然很多，其爆發點也不好掌握，但躁動一旦爆發開來，球員平常身體心智的運作模式突然失效，球員和教練的關係，會從「日常存在狀態」跳到「失控的存在狀態」，球員不再「管束」平日累積的身心勞累、無奈、不滿、無力感，長期隱藏的傷痛，任其瞬間引爆開來，變得用不一樣的眼光看教練，不一樣的口吻對教練說話，不一樣的邏輯系統理解事物，一旦進入這種「躁動目光」、「躁動口吻」、「躁動邏輯」，平常所講的「同理心」會變得很虛假，教練的指令顯得無用，彼此間的關係喪失意義，選手自己的「躁動邏輯推演」，則顯得十分合理。

……昏昏路上，一付冷淡，不理不睬，到了機場，check-in，等機，坐得遠遠的，形同陌路。機上，比鄰而坐，no eyes contact, not a word, 冰冷程度令人窒息，問何以故，只說「無事」。由中正機場回臺北途中，終於開了口：「兩個月下來，每天都睡不好，每個早上醒來都要面對比賽，壓力好大」，我只能道歉，說對不起……

2006.7.30 田野日誌

教練原以為贏球是投球員所好，那知道幾個月下來，每個賽事，都能

從會外打到會內賽，會內賽贏了幾輪，又接著下個比賽的會外賽，因為不斷贏球，需要一直比賽，沒得休息。這和過去球員單飛，打一天(第一輪就輸了)休息六天情形大異其趣，其躁動原因，對教練是不可思議的事，但從球員的邏輯推演而言，卻顯得入情入理。

嚴格說來，黑色空間的交往，是教練與選手之間交往關係的「斷裂」。選手在身體心智的劇變後，會轉進到一個和白色或灰色空間截然不同的存在空間，從原先和教練保有的關係中退出，取消和教練平心靜氣溝通的可能，直接訴諸激烈的行為、情緒的吼叫，或無言的抗議。這時候，教練會不知道如何跟球員應答，如何保持正常關係（如在選手青少年時，有些教練會選擇直接噙回去，甚至訴之暴力），通常只好退一步忍氣吞聲，或開始和選手漸行漸遠，也會產生「不如歸去」的念頭。

四、重建陪賽關係

長期密集陪賽，讓我發現，三色空間轉換互動，是陪賽常態：它們各自代表的是自我實現的空間、危機四伏的空間，以及斷裂崩解的空間。白色空間的交往，雖然正面積極，但卻只是交往雙方一廂情願的想像；灰色空間的交往，雖然身心躁動不斷，卻讓教練隨時保持警戒狀況，增加雙方內部溝通的機會；而黑色空間的交往，雖然引發關係斷裂的危機，卻促發了我對陪賽關係的重新反省，發現教練與選手雙方結構上的陷阱，促發真實的（authentic）良善互動的再發現。

（一）黑色風暴激發反省

黑色風暴的出現，多發生在選手感覺重要比賽即將落敗，或長期累積壓力無法釋放時，因為外在環境不斷進逼，內在能力和努力無法符應外在

挑戰，賽前自我的期待特別高，所作的努力特別多，結果事與願違，身心在強力擠壓下，產生暫時的扭曲變形，選手進入某種「失憶狀態」，無法用日常的邏輯和教練互動，而是直接進行激烈的衝撞，對迎面而來的身心苦難或敗戰，不再以日常的語言、想法、行動回應，轉而進入內心，將沉澱在生命深處的苦感、沉重感，一股腦發洩出來，任由身體把情緒帶出來，不加以節制，也無法加以節制，這時候，選手也不再以日常的習慣來認識自己，極容易「自暴自棄」，讓自己進入「自我毀滅」，而不會萬分驚恐；或從原來「怕輸」的心態，轉進到「不怕輸」的心態，一意孤行；甚至平常極力維護的教練選手關係，也任其劃上傷口。平時珍視的價值，在黑色空間時刻，任意揮霍，看在「相依為命」的教練眼裏，尤其怵目驚心，感到不可思議。但是這種強力的震撼，恰好促使雙方交往的暫停，彼此進入寧靜，促發絕地逢生的反省契機。

他的抓狂，讓我看到球員深沉的痛苦，原來平常的「共識」，存在諸多矯飾、保留、不滿，只有在斷裂的處境，我看到球員的真實本真，注意到他的存在，從一開始差異、傷感、慢慢我放下立場，反觀他平日一再被我「壓抑」、「消毒」的言與行。

2006.2.18 田野日誌

(二)反省中看到結構陷阱

理論書上的教練，是運動訓練的「掌權者」，教練用他的經驗、才智，作完全的規劃，教導訓練選手，開發選手潛能，走向成功之路。但在陪賽實踐裏，說教練是「掌權者」，不如說選手是「賦權者」，因為他們彼此之間關係，教練是為選手而存在，教練唯有在選手持續需要他的情況下，存在才有意義，也唯有選手不斷朝向原本設定的目標邁進，教練存在才有意義。換句話說，陪賽關係雙方，具有結構上的「陷阱」：選手是教練的「全部」，教練只是選手的「部分」，教練存在的意義，仰賴選手的需要與否。

因為陪賽的目的是為了比賽，比賽的當事人是選手，選手必須用他的「全部」面對比賽，面對困境，處理比賽狀況，這其中教練的幫忙只是「全部」中的「一部分」；但對教練而言，選手是他的「全部」，是他陪賽的唯一目標。這種命定上的「結構陷阱」，在平常共同追求理想時會被隱藏，只有在黑色交往空間，雙方關係斷裂之後，教練才會發現，自身存在的意義，實仰賴著選手，至此，關係的重新發現，才彰顯教練的一切，不過是由球員映照構成的。

……我感覺到他的放棄，一種放棄兩人共同的約定與規劃的淡然，想要回到過去贏球的方式，原本的技術型態，原來的比賽風格。球員是一個可以輕易離去的人，教練對這一切只能淡然處之。

2006.3.9 田野日誌

(三) 結構陷阱裏體會教練的「輕」

陪賽關係中，選手主位的來源，在於他是比賽的參與者，教練的指導，只是一種附帶的提示，唯有「主角現身」，透過體能、技術、策略、和堅強意志的展現，教練與選手的互動才有意義。教練面對瞬息萬變的戰事，沒有「權力」如球員般，隨著心情的起伏而抱怨、咒罵、生氣、推委，面對球員的情緒發洩，或無理取鬧的行為，只有往肚裏吞，無法為自己的情緒找出口，甚至要進行「偽裝」，表現「舉重若輕」的樣子。在陪賽中，標榜犧牲自我，凡事以大局為重，是許多教練的口頭禪，好像教練是施恩者，而選手是受恩者，教練願意陪賽，是出於憐憫，欲協助選手脫離困境。但是深度的陪賽反省，讓我發現，所有俗世有關「犧牲」、「憐憫」的宣稱，都不過是表面的說法，呼應選手的「召喚」，才是陪賽教練意義的生成所在。

比賽開始……，xxx 依著策略，主打對手近身和反拍，幾度驚險來回，

雖有佳作，仍無法突破重圍，比分陷入僵局，盯著球場，我眼光不敢一刻稍離，深怕他她有事相求，無法立刻回應。隨著比分膠著，我腦中一片空白，心跳逐漸加快，胸口一絲冷冽，不覺緊握拳頭，使出念力，唸出咒語，不甘就此放棄……身體被無助感侵襲，來了又去，去了有來，眼巴巴看著幸運之神走向對方，心中極度「不捨」，卻只能「佯裝鎮靜」，不斷點頭鼓勵選手，撐下去……

2006.5.15 田野日誌

選手在賽事中，會不由自主進入灰色或黑色的空間裏，教練在觀賽中，也會不由自主呼應選手賽事的「召喚」，前述中的「不捨」，不是俗稱意義的「憐憫」，「佯裝鎮靜」也不是俗稱意義的「偽裝」，它們是選手在比賽的表現，會對教練進行「召喚」，召喚教練對選手關心，對選手的存在負起責任，才會激發教練不由自主投入，令教練變得特別，變得無可取代，也唯有如此，才發展出教練和選手各適其所的互動關係。

(四)自輕己身中進入良善互動

教練自輕己身，空出自己，不是出於憐憫選手，而是呼應「召喚」。反省到這個程度，我才真正恍然大悟，陪賽時我自認為扮演的角色，如老師、教練、照顧者、施恩者、自我犧牲者或共識的堅持者等等，是妨礙透視陪賽關係的障礙，唯有自輕其身，從黑色風暴中得到當頭棒喝，在反省中看到教練與選手關係的結構陷阱，從結構陷阱中確認自己的位置，發現陪賽教練「輕」的本質，才能真正完全開放自我，進而接受選手為一個整體，不管是白色空間的他，或黑色空間的他，都是整體中不可或缺的部分，如此一來，良善互動才得以形成，充滿在我田野日誌的哀號，如「萬念俱灰」，「不如歸去」，「我在幹嘛」，「被打敗了」，或「苟延殘喘，氣若遊絲」等喃喃自語，不過是自我封閉的痕跡罷了。

翻閱田野日誌，我恍目心驚，原來他（選手）已在許多場合，不斷透露對新打法的徬徨、不適應，可我卻帶著一付先知的眼鏡，用著守護神的語言習性，不斷投射我的價值和期望到他身上，對他言行的解釋，也一直透過我自己的框框……反省讓人慚愧、臉紅，卻也因為更清楚而暗自竊喜……

2006.10.30 研究日記

五、結語：經驗書寫背後的身影

結束陪賽，重返校園執教，我的心情獲得某種解放，教授生活的確比教練生活要安逸許多，不用再每天緊繃著心，體察選手隱晦的身體線索，處理層出不窮的躁動不安。不過，我必須承認，走出田野，卻一直沒有離開田野，我仍然不斷聽到來自陪賽現場幽微的聲音，過去我必須當機立斷，「明快」處理的一些心情紛擾或感官波動，如今一再被牽引回來，如投影般不斷在眼前跳動。我必須面對它、承認它、給它語言，為它找到位置，弄清楚從現場帶回的迷惑，安撫我離開田野後仍源源不絕的思念。

進入書寫，又是一陣茫然。原以為緊湊的陪賽經驗，魔幻真實般的陪賽生活，歷歷在目的陪賽細節，刻骨銘心的陪賽記憶，要整理個原創的論點，建立一個陪賽的經驗模式，有何難處？可是真正進入陪賽心情、際遇、情境的解謎時，才知道自己一直用自以為是的框架，處理迎面而來，紛然雜沓的事件，根本沒有真正品嚐、咀嚼和消化過選手的感知、體驗與心情。標榜「同理心」的自己，一直畫地自限，不敢深入選手幽微的內心，避免失控的危險。尋尋覓覓，好不容易抓到了陪賽的四種方式：陪、伴、比、賽，卻發現它們也是我在田野時，亟欲把陪賽任務限定在理性明確，努力投入可以做到的部分，「學者」儘想往明亮的高處走，避免陷入幽深曖昧

的人性泥淖。

寫作沒有進展，反省抓不到中心，令我十分恐慌，不禁懷疑起自己的能力。一直到我再度細讀田野日誌，直逼陪賽中我和選手間的「難堪」，事情才有所轉圜，真正去面對過去我和選手在陪賽中的「難堪」，尤其是當我放下自己（我稱之為「自輕己身」），開始誠摯地從選手的立場，重新扒開他們加在我身上的傷痕，體驗他們躁動抓狂的處境與心情，視野才變得開闊，露出曙光，不過那已經是開始書寫過了一個半月後的事。

事實上，我必須承認，面對黑色空間交往的風暴，認真去反省，讓我多了一隻眼睛看陪賽關係，也開解了我另類的認知能力，才知道我和選手原來是不斷在明亮的白色空間，朦朧的灰色空間，以及瀕臨風暴的黑色空間不停的遊移。教練的慣性，多喜歡在白色空間作努力，責怪選手灰色小蟲上身的幼稚，害怕黑色風暴無情的挑戰，許多互動中的矛盾與困惑，均由此而起。隨著「三色空間」一詞的確立，陪賽生活中的三種色調、三種質感、三種心情、三種感覺，以及我面對三種空間的框框反應，從此活靈活現在我的回憶、惦念、感知與反省中，終於我有了信心，可以建立一個貼近田野實踐的陪賽經驗模式。

一再放下自我，自輕己身，面對過往的難堪，探入幽深的心靈，不放棄一次又一次的反省，讓我終於對陪賽雙方關係，有了一個清楚的輪廓，好像這樣的獲得，是需要經過許多曲折迂迴，如果不是下決心要知識化這些經驗，可能中途早就放棄不管，讓經驗繼續模糊地埋在心底。有了這次的寫作，我不禁期待，體育學術研究從業人員，能夠大家盡自己所能，留下自己這一生當中，在運動、教練、或體育老師這條路上，最精華的經驗痕跡，累聚成大量的身心實踐資料庫，再從這些資料，發展出以體育運動為主體出發的理論。加入私人經驗的體育學術研究，才是許多人成長過程中，所熟悉的體育、運動、舞蹈與休閒的體驗，如此一來，學術研究變得親切，不會讓人感到疏離。

引文文獻

劉一民，〈運動身體經驗探源：主體性與創造性經驗的反省〉，載於劉一民著，《運動哲學新論：實踐知識的想像痕跡》。臺北：師大書苑，2005，103-120。