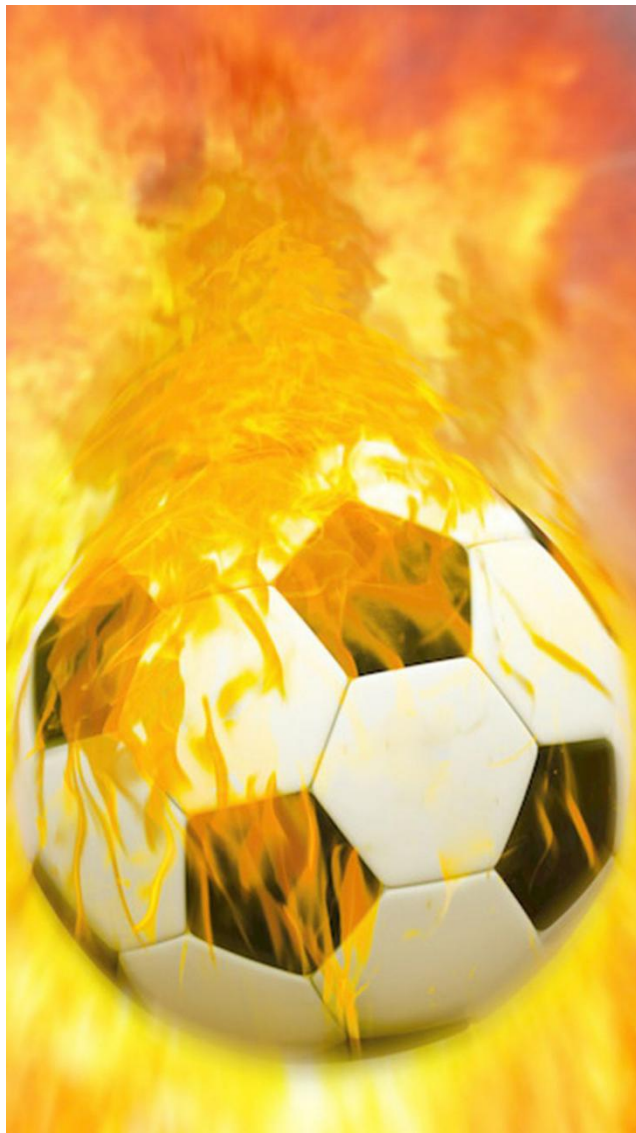


(内部刊物仅供学习交流)

国际足球理论与实践

Doctrine and Practice of International Football

(第 23 期) 2021.11



西安体育学院足球学院 主办

编 委 会

名誉顾问：赵军

主编：席海龙

本期责任编辑：苏鑫、范宇翔、彭晓杏

本期编委：张源、刘东、苏京京、陶承玉、范宇翔、段林涛、
雷旭

翻译指导：李铁军

图片文字均来自网络

国际足球理论与实践

Doctrine and Practice of International Football

(第 23 期) 2021.11

目 录

简讯动态

研究表明,两年一届的世界杯可带来翻倍的经济效益.....	1
智利青少年足球重新全面展开.....	2

学术研究

足球教练在比赛中的非语言表达及其对观察者的潜在影响.....	3
基于体育教育模式中的社会情感学习对情商的影响.....	13
旨在促进社会和情感学习的课后足球项目的实施和感知益处:一项多案例研究.....	24

著作连载

美国足球教练员最佳训练课程(十一).....	36
------------------------	----

思路方法

只有好技术还不够.....	38
---------------	----

研究表明，两年一届的世界杯可带来翻倍的经济效益

Studies point to strong economic returns from biennial World Cup cycle

译者：张源 足球学院 18 级

由两项独立的可行性研究预测，如果女足和男足世界杯都采用两年一届的模式，国际足联的 211 个成员协会 (MAs) 的足球经济状况将会好转许多。

来自尼尔森和开放经济学的调查结果在国际足联期间公布，210 名合格的新加坡金融管理局官员中，有 207 人参加了这次在线会议。此次峰会是足球咨询进程未来的最新一步，因为女足和男足比赛日程分别将于 2023 年和 2024 年到期。

此外，由尼尔森研究可注意到在财务问题，得出的结论是，如果联合会也将男子足球的决赛改为两年一周期的话，相比四年一周期的情况，世界足球的总体经济上升幅度可到达 66 亿美元左右。

与此同时，以宏观经济视角为中心的《开放经济学》研究得出结论，男子世界杯足球赛改为两年一次的周期将在 16 年的时间里增加超过 1800 亿美元的国内生产总值，同时创造 200 万个全职工作岗位。

国际足联全球足球发展主管阿尔塞纳·温格说：“国际足联对足球未来的承诺仍然是坚定的，因为我们希望给每一个天才机会，并创造适当的环境，通过我们的比赛实现这一承诺。”我们希望重新安排国际比赛日程，特别是在尊重所有利益相关者的同时，为了球员们能够促进和提高足球水平，也会给球员强制性设定休息期。

作为他计划的一部分，国家队的比赛将被安排在新的国际比赛日程下，以减少球员的行程。主客场比赛的数量将在与马萨诸塞州俱乐部进一步协商后确定，但计划强调俱乐部必须减少让球员上场的天数。此外，峰会期间还提出了新的主办和联合主办方案，以适应每年一度的国际足联青年锦标赛，作为计划的一部分，给每一个人才一个机会。

吉尔·埃利斯说：“我们从一开始就明白，需要从不同的角度来看待女子足球，这是一次有益的经历”，我们关于优化女子国际比赛日程的想法中也考虑了球员的福利和保护球员的需要。两年一届的国际足联女足世界杯是计划的一部分，此外还有更好的发展道路和在女足运动中建立全球平等和人才拥有机会的需要，我们已经做好优化目前情况的准备。由于新的商业项目等创新，我们也正在为全球女子足球俱乐部比赛创造合适的环境，使其成为女子足球未来的一部分。”

国际足联计划在 2022 年圣诞节初与联合会进一步磋商，并有机会对这些研究进行进一步的详细检查。所有与可行性研究相关的文件，包括辅助文件和视频，将会未来几天在国际足联的频道上公布。

智利青少年足球重新全面展开

Chilean youth football is in full swing again

译者：刘东 足球学院 18 级

- 43 支代表队参加 18 岁以下和 21 岁以下的比赛
- 国际足联前沿计划为旅行、住宿和 2019 冠状病毒卫生议定书提供支持
- 赛事重申了智利对足球发展的承诺

从北部沙漠的阿里卡到南部郁郁葱葱的湖区的蒙特港，各个俱乐部都参加了智利的足球联赛，在圣地亚哥举行的 21 岁以下和 18 岁以下的决赛达到了高潮。

智利是一个拥有令人惊叹的地理差异和多样性的国家。该国最北和最南的职业俱乐部相距 3000 多公里，在过去，由于距离遥远，组织全国性的青年比赛在后勤方面具有挑战性。

智利足球协会 (FFCH) 与国际足联的前进计划正在合作实施女子和青年的国家竞赛。多年来，全国足球联合会得到了总额超过 300 万美元的财政支持，这些资金帮助支付了各参赛队的差旅费、伙食费、住宿费，此外还为今年的比赛支付了 2019 冠状病毒健康协议。

自 2019 年 10 月以来，比赛一直处于瘫痪状态，首先是因为席卷全国的内乱，然后是去年的 2019 冠状病毒流行病，甚至使球队无法训练。

共有 43 个俱乐部，分别来自初级组、初级 B 组和第二级别组，加入了每个年龄组的球队。比赛从小组赛开始，随后是淘汰赛，从 9 月到 11 月，历时三个月，共有 2150 名球员参赛。

“在中断了两年的比赛之后，我们非常高兴地迎来了约文的回归。” FFCH 主席“对于智利联邦来说，为年轻球员提供恢复个人和足球发展的机会至关重要。通过 FIFA 前进计划，我们正在为智利俱乐部提供在一个具有成本效益和安全的环境中参加我们的比赛的可能性。

21 岁以下的比赛产生了一个南北方的决赛，与 Cobre loá ，从沙漠地区，面对康塞普西翁大学。经过一场非常艰苦的比赛，“康斯大学”队以 2 比 0 击败科布雷洛亚队，获得了 2022 年南美解放者杯的参赛资格。

与此同时，18 岁以下的决赛对手是智利三大俱乐部中唯一一支进入决赛的科洛-科洛，对手是兰卡瓜的奥希金斯。奥希金斯在第 49 分钟打进了这场比赛中唯一的进球，这是他在这个年龄段第二次获得冠军。这两场决赛都是在圣地亚哥的国家职业足球协会 (ANFP) 的奎林综合体进行的。

奥希金斯的中场球员阿尔韦托·莱特利尔说：“打进制胜一球赢得了冠军，这是一种巨大的满足感，但更重要的是在两年后能和队友们一起回到球场。”“我们非常感谢 FFCH 感谢国际足联提供了这次机会，我希望这场流行病将使我们能够在明年继续我们的发展。”

21 岁以下的比赛产生了一个南北方的决赛，与 Cobre loá ，从沙漠地区，面对康塞普西翁大学。经过一场非常艰苦的比赛，“康斯大学”队以 2 比 0 击败科布雷洛亚队，获得了 2022 年南美解放者杯的参赛资格。

足球教练在比赛中的非语言表达及其对观察者的潜在影响

Nonverbal expressions of soccer coaches during the game and their potential effects on observers

译者：苏京京 研究生院 21 级

摘要

本研究旨在调查足球教练在比赛中的非语言（情绪）表达的交流内容，以及这些表达如何提供关于当前形势的信息，以及这些信息如何在比赛中影响球员的自信心。在研究 1 (N = 137) 和研究 2 (N = 102) 中，我们调查了当他们的球队处于领先状态时，与处于落后状态时相比，足球教练是否估计会更快乐，并在与社会地位有关的维度上得到更高的评价。处于落后状态，结果显示，观察者对教练的评价是：当他们的球队领先时，他们更快乐、更有统治力、更自豪、更自信。在研究 3 (N = 152) 中，参与者观看了描述教练在比赛中的 NVB 的简短视频，并对教练在比赛中的表现进行评分，对教练的球队是落后还是领先进行了评价。结果显示，观察者可以清楚地区分领先和落后的教练。在第四项研究中，72 名足球运动员被要求观看前三项研究中的相同视频，并对他们自己在假想场景中对教练的 NVB 的反应的信心水平进行评分。结果表明，教练的 NVB 可以影响他的运动员在比赛中的自信心。讨论了关于教练员肢体语言的调查结果的实际意义。

关键词：足球协会、肢体语言、沟通、情感、自信、社会地位

个人之间的交流在群体生活中是必不可少的。在人类和动物内部，交流关键取决于非语言行为（NVB：如肢体语言、面部表情等），因为这有可能让他人了解情绪、意图、动机和想法。NVB 的观察者可以对人的内部状态 3 或当前情况做出一系列准确的推断（即社会参照过程 4），因此，可能会受到这些非语言表达的影响 3。更具体地说，我们测试了职业足球教练的 NVB 是否会随着他们的球队目前是领先还是落后而改变，观察者是否会感知到这些变化，甚至受到观察到的足球教练的 NVB 的影响。

进化研究表明，灵长类动物在战斗胜利时发出主导和自豪的非语言信号，以显示对对手的高地位和优越感，并恐吓其他潜在的攻击者。另一方面，当对抗遭遇失败时，顺从的非语言信号可以被认为有助于避免进一步的潜在的生命威胁的攻击。由于这些假设的优点，非语言表达的交流功能在进化过程中变得越来越重要。因此，人类的知觉能力已经很好地适应了支配和服从的交流。一般来说，人们有能力从对另一个人的非语言表达的简短观察中得出精确的结论，其中包括情绪状态（关系取向）社会推断（即社会地位）和社会意图。研究表明，情绪可以通过短暂的面部表情或被定义为微表情的面部区域的部分变化不由自主地透露出来。因此，个人的情绪或其他内部状态可以通过简短的非语言表达的泄漏而变得明显。

基于这一理论，类似于灵长类动物因地位竞争的输赢而表现出某些非语言线索和信号，运动员和教练员也会因运动中的领先和落后而表现出某些非语言行为变化，这似乎是可行的（例如，最近的评论见文献 21）。一些体育方面的研究为关于输赢 NVB 的进化理论提供了证据，并表明运动员在成功或不成功的体育表现中的非语言表达是不同的（见文献 22 的回顾）。有和没有特定领域体育知识的儿童和成人在不知道分数的情况下，根据运动员的 NVB 来评估当前的分数。此外，高水平的运动员根据他们的 NVB 在与社会地位有关的行为维度上的评价比水平

较低的运动员高（更有统治力，更自豪，更自信）。睾丸激素水平较低，这与主导性的表达有关。相反，水平较低的运动员显示出较低的睾丸激素水平，这与顺从性的表达有关。

与本研究进一步相关的是，最近体育心理学的一篇综述总结并整合了大量关于运动中最初的成功和失败如何影响一系列心理、生理和行为变量的研究。具体来说，作者得出结论，在体育比赛中，成功或失败的事件（如进球）会导致成功或失败的团队成员在心理变量（如信心）、生理变量（如唤醒）和行为变量（如NVB）方面发生可衡量的变化。与本研究相关的是，这些行为变化是可以观察到的，并有可能影响观察者，从而导致体育中“成功孕育着进一步的成功”或“失败孕育着进一步的失败”的情况。同样，对对手和团队成员的感受的感知可能会影响到比赛后期的结果预期，这也会影响到表现。同样，教练也可能会影响情绪的上升或下降。

有几条研究路线研究了教练可能对他们的运动员产生的潜在影响（如教练与运动员的关系、战术比赛分析或建设性的口头反馈），鉴于经常发现的结论是：大多数交流是通过非语言信号和非语言信息进行的^{35, 36}，令人惊讶的是，对体育教练的NVB以及这种特殊的教练行为如何影响运动员的研究有限。第一个研究表明，通过教练的某些情绪表现有可能预测运动员的经验情绪、对他们表现质量的推断以及客观的团队表现。此外，有初步证据表明，团队表现和教练的情感表现之间的关系因表达的强度而不同。此外，最近的一项实验研究表明，足球教练在给球员反馈时的情感表达（即自豪和羞愧的表情）影响了球员的情绪和他们在规定的足球传球任务中的表现。本研究试图通过研究教练在比赛中的NVB对运动员的影响（如与表现有关的推断）来扩展这些发现。为此，我们采用了一个类似于研究运动员NVB的研究范式来调查足球教练员的NVB。

尽管进化论在解释运动员在体育比赛中获胜和失败的NVB方面似乎是合理的，但仍不清楚运动员的教练是否也会在NVB方面表现出系统的变化，作为领先和落后的功能，以及观察者是否能在不知道分数的情况下准确地解释这些。教练作为运动队领导，似乎也会同样受到指挥和被指挥的影响，这在他或她的NVB中也会表现出来，这是可行的。根据最近关于在体育中进行NVB研究的建议，进化理论的广泛的元理论假设需要被具体化，以适应特定情况下的中层理论。这个观点的一个核心前提是，情绪表达的进化是为了促进社会关系和持续的社会互动。更具体地说，关于社会参照的文献⁴表明，识别和利用其他人的非语言表达对于适应性的社会功能至关重要。由此可见，观察教练员的NVB应该能够从中得出有意义的推论。

为了提供一个关于情绪表达对观察者的影响的一般模型，van Kleef³提出了情绪作为社会信息的模型（EASI-模型），以更好地理解非语言表达如何对人际关系产生影响。该模型的核心假设是，非语言表达通过两种途径影响观察者：推理过程和情感反应。与本研究特别相关的是推理途径。推理过程描述了观察者通过一些表现如何能够推断出关于其他人和当前情况的内部状态（例如，情感、态度、动机、认知）的某些信息。应用到本研究中，一个观察者对教练的NVB可能会做出情绪化的推断（即，领先的教练比落后的教练更快乐）。社会推论（即，领先的教练拥有更高的地位），以及情景推断（即，快乐的教练的团队是领先的）。幸福的教练的团队是领先的[不知道 分数线]。反过来，这些推论可能会影响观察者的认知。我们试图通过四项研究来测试这些在一系列的假设。在第一项研究中，我们调查了当一个足球教练的球队处于领先地位时，观察者是否认为他更高

兴,或者当他的球队处于落后位置时更不高兴。在第二项研究中,我们测试了教练的NVB是否在其球队领先时与落后时相比,在与社会地位相关的行为维度(自豪感、自信和支配力)上被评为更高。在第三项研究中,我们试图解决是否有可能根据足球教练的NVB来推断分数线的倾向性的问题。在第四项研究中,我们研究了教练的NVB对运动员的人际影响,在一个假想的研究场景中,教练的NVB对他的运动员的影响类似于Furley和Schweizer的范式。更具体地说,我们测试了教练的NVB是否能在一个假设的场景中影响他的运动员的自信心。

研究 1: 教练员对 NVB 的情绪判断取决于比分

运动员和教练员都会经历不同的情绪状态,这取决于他们是成功的还是失败的。人们也知道情绪状态会显示在一个人的NVB中。因此,足球教练会被观察者认为是更快乐或更不快乐的,这取决于他的球队的得分。为了验证这一假设,我们随机抽取了一些视频片段,显示足球教练在电视当中的行为,并要求受试者对足球教练的行为进行评价。受试者被要求在一个连续的量表上对教练的NVB进行评分,内容涉及情绪快乐和不快乐,同时分数被掩盖。我们的假设是,在比赛的当前分数和参与者的情绪推断之间的线性关系。

方法

参与者:我们为研究1招募了137名参与者(95名男性,42名女性;年龄 $M=36.55$ 岁;SD $=12.96$ 岁)的便利样本。43%的人报告说他们一直在积极地进行娱乐性的足球运动,而55.5%的人(缺少一个答案)不踢足球。34.3%的人不关注电视上的足球,23.4%的人每周看的足球时间不足两小时,25.5%的人每周看3-5小时,16.8%的人每周看5小时及以上。参与者在研究前给予了书面知情同意。灵敏度分析显示,该研究有足够的力量(0.95)来检测1x5重复测量方差分析中 $f(0.12)$ 的中小效应。

刺激物:所选的电视足球比赛的视频序列(见图1的单帧示例刺激)取自2017/18赛季德国甲级和乙级联赛、欧洲杯、欧洲冠军联赛和西班牙足球甲级联赛的便利样本。为了确保所选的刺激物适合测试假设(即,根据他的NVB,当他的球队领先时,足球教练被认为比落后时更快乐),各种选择标准被事先确定。通过遵循微表情的理论,我们确保在视频中没有看到与成功(如将双拳举过头顶)



图1. 本研究中使用的视频刺激的样本框架研究。

和失败(如用双手遮住脸)相关的明显的非语言信号(参见Tracy和Matsumoto44),

因为这些信号对于估计分数来说信息量太大。此外，所选的视频序列只显示了教练员。更多的人（如共同训练者，来自对方的球员）都是无法识别的（这包括遮盖整个身体）。最后，只有挑选出符合我们预定分数类别的视频，从而作为研究的实验性操纵。所选视频的平均时间为 4.85 秒（SD $\frac{1}{4}$ 2.2）。

分数的类别:该研究的操作涉及视频中足球比赛的实际得分。视频从五个不同的得分类别中选出。(1)远远落后，定义为至少落后两个球；(2)接近落后，定义为落后一个球；(3)平局，即比分持平；(4)接近领先，定义为领先一个球；以及(5)高度领先，定义为至少领先两个球。两球领先。总共收集了 100 个视频序列 共收集了 100 个视频序列；每个实验类别中有 20 个符合 所述的选择标准。该研究是作为一项在线研究进行的 由于 Covid-19 的大流行，该研究作为一项在线研究使用了 软件 Unipark。相关软件随机地 从五个表演类别中抽出五个视频并以不同的顺序向每个参与者展示 25 个选定的视频片段 为每个参与者提供不同的随机顺序。因此，每个参与者以不同的顺序看到不同的视频。这种 这种方法有助于确保结果不取决于刺激物的特定顺序效应。刺激物的特定顺序效应。

测量:参与者对短视频序列的评分 以 100 分的连续分值对每段视频后的不高兴（0 分）和高兴（100 分）两极进行评分。（0 分）和快乐（100 分）。参与者通过点击鼠标左键来登录他们对连续量表的评分来给出他们的评分。

程序:参与者被要求根据教练的 NVB 录像，在一个连续的量表上估计教练的快乐或不快乐的程度。基于教练的 NVB 视频录像，所有的视频都是无声呈现的，以确保评分是基于 NVB，而不是例如人群的噪音。在开始研究之前，感知者填写了一份收集人口统计学数据的问卷。

数据分析

在各自的实验类别中，我们对教练的平均幸福感估计进行了 1 x 5（远远落后、接近落后、平局、接近领先、高度领先）的重复测量方差分析，以测试参与者是否认为教练在领先时比落后时更高兴。我们用一系列的多项式线性对比分析来跟进这个方差分析（见文献 23, 24, 40）。

结果

图 2 显示了研究 1 的描述性结果。方差分析显示了实际分数对幸福感估计的显著主效应（ $F(4, 544) \frac{1}{4} 135.200, p \frac{1}{4}.0001, \eta^2 \frac{1}{4}.499$ ），因为分数估计与分数类别呈线性关系。

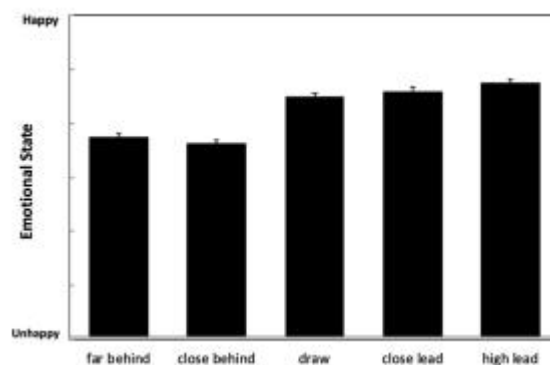


图 2. 平均幸福感（0 $\frac{1}{4}$ 非常不幸福；100 $\frac{1}{4}$ 非常幸福）。估计值与得分类别的关系。误差条代表 标准误差。

后续的多项式线性对比显示,幸福感的估计值与分数类别之间有很强的线性关系 ($F(1, 136) = 312.990, p = .0001, \eta^2 = .697$), 表明幸福感的估计值与分数类别以线性方式对应。幸福感的估计与游戏中的分数呈线性关系。幸福感估计值与比赛中的得分呈线性关系。足球经验或足球当作为一个额外的主体间因素或协变量进入时, 足球经验或足球电视消费并没有显著影响结果的模式。

讨论

研究 1 显示, 根据教练的非语言表达, 当他的球队在领先时, 他被认为是更快乐的, 而当他的球队在落后时, 他就不快乐了。研究 1 的结果为非语言表达的社会功能理论 4, 17 和 EASI 模型提供了证据, 表明教练在比赛中发出的非语言信号受到当前比分的影响, 并告知观察者他的情绪状态。更具体地说, 当前比分和教练的幸福感之间似乎存在着线性关系。

下一项研究试图进一步调查教练的 NVB 是否允许在教练的情绪状态之外进行进一步的社会推断。根据生物学上对竞争情况下社会地位信息交流的研究 5-7, 以及 Furley 和 Schweizer²⁴ 的研究结果, 运动员在获胜时处于高社会地位, 在失败时处于低社会地位。研究 2 试图测试这是否也会显示在教练的 NVB 中。

研究 2: 主导地位、自豪感和足球教练的信心

尽管研究 1 提供的证据表明, 足球教练在球队领先时被认为是更快乐的, 而在落后时则被认为是不快乐的。但仍不清楚教练在领先或落后时如何改变他们伴随的非言语行为。我们没有想到, 在正在进行的比赛中, 教练会表现出明显的领先或落后的非语言表达, 因为还没有发生胜利或失败。由于抽样刺激材料的质量和多样性使得行为编码变得困难。研究 2 的重点是领先和落后的教练是否会被未经训练的观察者在与社会地位相关的维度上给予不同的评价, 因为这在各种社会接触中都是很容易沟通的。⁴⁶ 在这方面, 研究 2 的目标是复制 Furley 和 Schweizer²⁴ 的观点, 即基于他们的 NVB, 高水平的运动员在与社会地位相关的行为维度(更主导, 更骄傲, 更自信)上比水平较低的运动员评价更高。我们使用了一个与 Furley 和 Schweizer²⁴ 相似的范式, 用视频剪辑显示足球教练在比赛中的 NVB。参与者被要求对第一项研究中相同的视频片段在三个方面(主导、自豪和自信)进行评分, 这些评分是基于教练的 NVB 的连续量表, 同时分数被掩盖。我们假设发现自豪感、支配力和自信评分之间的线性关系是分数类别的函数。

方法

参与者: 我们招募了一个便利抽样, 我们为研究 2 招募了 102 名参与者(51 名男性, 51 名女性; 年龄 $M = 35.78$ 岁; $SD = 17.18$ 岁)的便利样本。我们为研究 2 招募了 102 名参与者(51 名男性, 51 名女性; 年龄 $M = 35.78$ 岁; $SD = 17.18$ 岁)的便利样本。⁴⁶ 1% 的人报告说曾在娱乐或有组织的水平上踢过足球, 28.4% 的人报告说参与过其他运动, 而 25.5% 的人没有积极参与任何种类的运动。平均而言, 样本报告每周在电视上观看 1.43 小时的足球比赛。敏感性分析表明, 该研究有足够的力量(0.95)来检测 1×5 重复测量方差分析的 $f = .14$ 的小到中等的影

程序: 除了以下变化外, 所有的处理都与研究 1 相同。这一次, 参与者对教练的非言语行为进行了三个评分 100 分的连续量表。为了便于比较为了与评估

运动员 NVB 的研究相比较, 我们使用了相同的支配力 (极点为顺从 [0 分] 和支配 [100 分])、自豪感 (极点为羞愧 [0 分] 和自豪 [100 分]) 和信心量表。分], 以及自信量表 (极点为不安全感 [0 分] 和自信 [100 分])。 [0 分] 和自信 [100 分])。

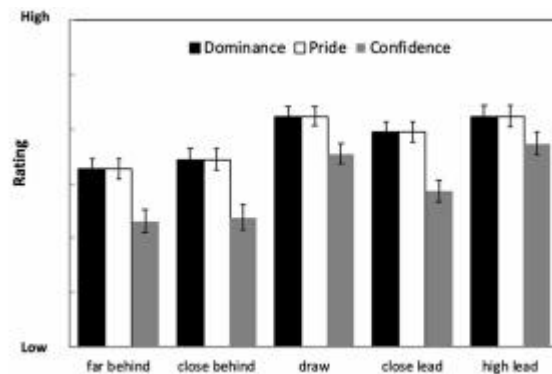


图 3. 平均评分 (0 %非常低; 100 %非常高)。主导性、自豪感和信心的平均评分与分数类别有关。 误差条代表标准误差。

结果

图 3 显示了研究 2 的描述性结果。我们进行了方差分析, 以检查分数类别 (远远落后、接近落后、平局、接近领先和高度领先) 对每个因变量的主要影响。结果显示, 支配力量表 ($F[4, 404] \frac{1}{4} 12.098, p < .001, g2p \frac{1}{4} .107$)、自豪感量表 ($F[4, 404] \frac{1}{4} 36.379, p < .001, g2p \frac{1}{4} .265$) 和自信量表 ($F[4, 404] \frac{1}{4} 20.671, p < .001, g2p \frac{1}{4} .170$) 有显著的主效应。

多项式线性趋势分析表明 比分类别与支配力评分之间的线性关系 ($F[1, 101] \frac{1}{4} 23.024, p < .001, g2p \frac{1}{4} .186$), 骄傲的评价 ($F[1, 101] \frac{1}{4} 78.158, p < .001, g2p \frac{1}{4} .436$) 和信心评分 ($F[1, 101] \frac{1}{4} 38.108, p < .001, g2p \frac{1}{4} .274$), 突出了支配力评分、自豪感评分和信心评分以线性方式与实际得分类别相对应的方式。当作为一个额外的被试之间的因素进入时, 足球经验或观看足球赛事并没有显著影响结果的模式。

讨论

研究 2 支持这样的假设: 当教练的球队领先时, 与落后时相比, 领先与落后的教练的 NVB 在与社会地位相关的行为维度上评价更高。所有三个维度, 骄傲、自信和支配力, 在教练的球队处于领先时被观察者评价得更高, 而在他的球队处于落后时被评价得更低。由于这三个因果测量高度相关 (所有 $r > .397$), 并且在过去与社会地位维度相关, 这表明足球教练在领先或落后时沿着社会行为的垂直性维度改变他们的 NVB。在现代社会中, 体育比赛可以被认为是一种制度化的地位竞赛形式。在这些竞赛中, 与社会地位相关的信号线索, 如支配地位、自豪感和自信, 可能与让其他人知道谁应该得到高地位或低地位的适应性行为有关。

每个因变量的实际得分的主效应代表了一个中到大的统计效应。因此, 该结果扩展了 Furley 和 Schweizer²⁴ 的研究结果, 即当目前领先或落后时, 教练似乎也会发出与社会地位有关的 NVB 信号。研究 1 和 2 都支持情绪表达的社会功能理论和 EASI 模型。在研究 3 中, 我们试图扩展这些发现, 并测试观察者是否也能正确推断出 从教练的 NVB 中推断出背景信息。

研究三: 基于教练员的 NVB 估计电视体育比赛的得分倾向

研究3的目的是复制Furley和Schweizer23的研究。和Schweizer23对运动员的研究，采用类似的范式使用视频剪辑显示足球教练在比赛期间的NVB。参与者必须根据足球教练的NVB来估计什么数是什么，而教练的NVB分数被遮住了。参与者观看了一个样本录像，其中显示了专业足球教练在比赛中的表现，并被要求估计所描述的教练的球队是否领先或落后。教练的球队是领先还是落后。我们的假设是，在比赛的当前分数线和参与者对分数的评价之间找到一种线性关系。

方法

参与者：我们为研究3招募了152名参与者（102名男性，48名女性，两名参与者没有提供他们的性别信息；年龄 $M=29.07$ 岁； $SD=9.69$ 岁）的便利样本。32.2%的样本报告有积极的足球经验（从休闲运动到有组织的俱乐部运动），65.8%（2个答案缺失）没有积极的足球经验。他们报告每周平均观看1.62小时的足球比赛。参与者在研究前给予了书面知情同意。敏感性分析表明，该研究有足够的力量（0.95）来检测 1×5 重复测量方差分析的 $f = .11$ 的小中度效应。

程序：除了以下变化，一切都与前两项研究相同。参与者被要求根据教练的NVB录像来估计球队的比分。这一次，参与者是在一个标准的17英寸笔记本上进行单独测试，该笔记本放置在实验室里，距离感知者约60厘米，而不是在网上。该研究是用PsychoPy编程的。参与者在每段视频后以连续的200分制（-100 $\%$ 远远落后；0 $\%$ 平局；100 $\%$ 远远领先）对短视频序列进行评分。参与者通过将鼠标光标从200分制的中间位置（0分）移动到左边位置（-100分）来给出他们的评分。鼠标光标从200分制的中间位置（0分）移动到左极（-100分；远远落后的球队）或右极（100分；远远领先的球队），然后点击鼠标左键来记录他们的评分。

结果

图4展示了研究3的描述性结果。方差分析显示，实际分数对分数估计有显著的主效应（ $F[4, 604] = 134.621, p < .001, g2p = .471$ ），因为分数估计与分数类别呈线性关系。后续的多项式线性对比显示，分数估计和分数类别之间有很强的线性关系（ $F[1, 151] = 426.637, p < .001, g2p = .739$ ），表明分数估计与比赛中的分数呈线性反应。当有足球经验或观看足球赛事作为额外的被试之间的影响因素时，对结果的模式没有明显的影响。

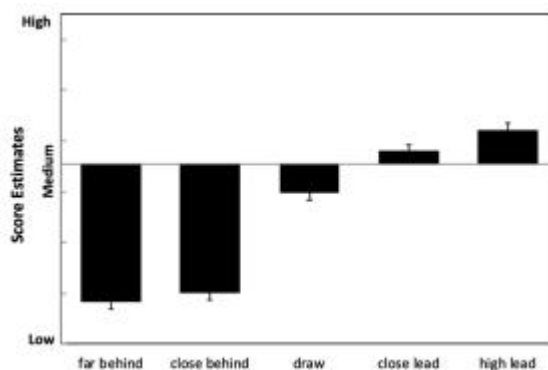


图4 平均得分（0 $\%$ 远远落后；100 $\%$ 高度领先）的估计值是分的函数。误差条代表标准误差。

讨论

结果证实了我们的假设,即在竞争情况下,教练的非语言线索可以被观察者用来估计他的球队的比分。这些发现与 Furlley & Schweizer^{23, 24} 关于运动员在竞争情况下的非语言暗示的研究是一致的,这些结果可以被解释为最大的统计效应。似乎不仅可以通过运动员在比赛中的 NVB 来估计比分倾向,也可以通过教练员的 NVB 来估计。

因此,教练员在比赛中的 NVB 不仅为情感和社会推断提供信息,也为对当前情况(如分数)的推断提供信息。因此,如果教练根据比分改变他的 NVB,并被观察者发现,那么问题来了,这是否会对感知教练 NVB 的球员产生人际影响。运动员可能会注意到教练的表情传达了关于他们的情绪状态、社会地位和情况的信息,这可能会告知运动员对情况的理解和他们对此的反应(参考社会参照 4)。

在研究 4 中,我们试图通过创造一个假设的场景来测试这个问题,以调查教练的 NVB 是否有可能影响他的球员的自信心。

研究 4: 足球教练 NVB 的影响

大量的研究表明,一个人的非语言表达可以影响观察者(如文献 3, 50)。此外,体育研究表明,运动员在比赛中的 NVB 会影响对手的信心。运动员的赛前和赛后会影响印象的形成过程,对成功的期望以及对手和队友的信心水平。然而,已知很少有研究对教练员的 NVB 的人际影响进行研究。因此,我们测试了足球教练的 NVB 在一个类似于 Furlley 和 Schweizer 的范式的假设研究场景中,我们测试了足球教练的 NVB 是否会对其运动员产生人际影响。更准确地说,我们调查了教练的 NVB 是否会影响运动员的信心水平。在研究 4 中,足球运动员被要求观看前三项研究中的相同视频,并必须指出教练的 NVB 给他们带来多少信心。基于前三项研究,我们预计足球运动员在感知当前领先的教练的 NVB 时,会比在不知道比分的情况下落后的教练更有信心。

方法

参与者: 我们为研究 4 招募了 72 名足球运动员(69 名男性,3 名女性;年龄 \bar{M} 24.88 岁;SD \bar{M} 4.59 岁)的便利样本。他们平均有 19.28 年的俱乐部水平的足球运动经验(SD \bar{M} 5.52 年),并报告每周平均观看 4.78 小时的足球运动(SD \bar{M} 3.11 小时)。参与者在研究前给予了书面知情同意。敏感性分析表明,该研究有足够的力量(0.95)来检测 1x5 重复测量方差分析中的 f \bar{M} 0.16 的小到中等的效应。

程序: 除了以下变化外,一切都与研究 2 和 3 相同。这次的参与者都是足球运动员,并被要求假设以下的假设情景。“想象一个平局,你看向你的教练。教练的 NVB 是否给你赢得比赛的信心?还是没有?”参与者被要求在 100 分的连续量表上评价教练的 NVB 给他们多少信心。这个情景和量表是基于 Furlley & Schweizer⁴⁰, 评估赢得比赛的信心(极点是完全没有信心[0 分]和非常有信心[100 分])。

结果

图 5 展示了研究 4 的描述性结果。方差分析显示,实际得分对足球运动员报告他们在看了他们的教练后预期赢得比赛的信心有显著的主效应($F(4, 284) \bar{M}$ 108.966, $p \bar{M}$.0001, $gp2 \bar{M}$.605)。后续的多项式线性对比显示,预期的信心估计和得分类别之间有很强的线性关系($F(1, 71) \bar{M}$ 243.497, $p \bar{M}$.0001,

gp2 $\frac{1}{4}$.774)。

讨论

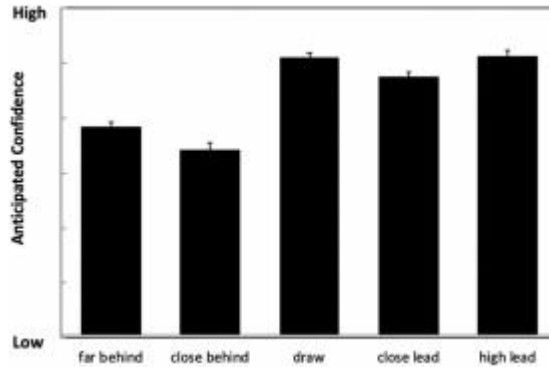


图 5. 对赢得比赛的平均预期信心 (0% 完全没有信心; 100% 非常有信心) 的估计值与分数类别的函数。误差条代表标准误差。

研究 4 证实了我们的假设: 当球员观察到教练的 NVB 而他的球队目前领先时, 他们对赢得比赛更有信心, 而当他们看到教练的 NVB 而他的球队目前落后时 (不知道比分), 他们对赢得比赛的信心更小。当他们看到教练的 NVB, 而他的球队目前处于落后状态时 (不知道比分), 他们对赢得比赛的信心较低。证明教练的 NVB 可以帮助他们提高信心。这些结果可以看作是教练的 NVB 可能对球员产生人际影响的第一个证据。由于该研究是作为一个假设场景进行的, 需要进一步的研究来证实这些结果。在更有代表性的运动环境中证实这些结果。进一步的研究还需要找出教练的哪些非语言信号会对球员产生积极或消极的影响, 还有哪些其他可能的人际影响会影响球员的表现 (如认知、情绪)。

总结

这项研究旨在研究足球教练在比赛中的非语言 (情绪) 表达的交际内容。此外, 我们还研究了他们如何提供有关情况的具体信息, 以及这些信息如何影响球员在假设情景下的情况评估 (即信心)。本研究首次证明足球教练在比赛中显示出与他的球队得分相关的非言语线索。研究 1 表明, 当他的球队处于领先位置时, 观察者会认为足球教练更高兴, 而当他的球队处于落后位置时, 则认为他不高兴。在第二项研究中, 我们证实当球队领先时, 教练的 NVB 在与社会地位相关的行为维度 (自豪感、自信和支配力) 上的评价比落后时高。在研究 3 中, 我们表明有可能根据足球教练的 NVB 来推断分数线的倾向。研究 4 首次表明, 教练的 NVB 可能影响运动员在比赛中的信心。

这些结果可以被认为是对非语言表达的进化理论 5-7 和薄片假说的支持。更重要的是, 这些发现扩展了以前在体育领域对非语言表达的研究。类似于运动员的非语言表达根据他们是领先还是落后而变化的发现。教练员似乎也会根据他们的球队是领先还是落后来传达情绪和状态相关的信息。结果显示, 教练的 NVB 的观察者可以根据教练的 NVB 得出有意义的推断, 而不需要知道实际的比赛分数。更具体地说, 教练的 NVB 的观察者可以做出相对准确的情感推断 (即领先的教练比落后的教练更快乐)。领先的教练比落后的教练更高兴), 社会推断 (即领先的

教练表达了更高的地位), 以及情景推断(即领先的教练的团队被推断为领先)。这一过程可能会产生人际关系方面的影响, 正如研究 4 所表明的那样, 足球运动员报告说他们在观察实际获胜的教练的 NVB 时, 会对赢得比赛更有信心。这一发现支持了教练的 NVB 对运动成绩有可能产生影响的观点, 并可能有助于“成功孕育成功”或“失败孕育失败”。

目前的研究不能回答什么机制解释了教练员 NVB 的变化模式, 这应该由未来的研究来解决。然而, 目前的研究指出了一些重要的实际意义, 因为教练员的 NVB 似乎能够对运动员产生影响。在这方面, 未来关于体育中的 NVB 的研究应该通过研究教练员和运动员的 NVB 如何与运动表现相互作用的不同途径来仔细研究 NVB 和运动表现的相互关系。

运动员和教练员在与观众、裁判员、队友或对手互动时经常试图控制他们的 NVB。Goffman 是第一个明确指出人们可以有目的地控制他们的 NVB 来传达特定的印象。然而, 研究表明, 在比赛中刻意控制 NVB 可能比预期的更难。然而, 这不应该阻止教练员在比赛中努力改善他们的 NVB, 因为这可能对他们的执教行为产生积极的影响, 并促进球队的表现。在这一点上, 似乎建议教练员不仅要关注战术比赛分析, 建设性的口头反馈, 或他们的教练和运动员的关系, 而且还要训练他们的肢体语言, 因为交流的主要方面发生在非语言层面。

本研究既有优点也有缺点。本研究的一个优点是它的实验控制、多研究调查和分析的统计能力。此外, 研究对象是自然发生的职业教练员的 NVB, 而不是人为制造的, 这在体育 NVB 的研究中经常出现。因此, 研究结果很可能被转移到现场, 我们的研究具有很高的外部有效性, 至少在教练的 NVB 感知方面。研究 4 的信心发现缺乏外部有效性, 因为假设的场景可以说与教练的 NVB 在赛场上的潜在影响完全不同(例如, 来自其他队员、对手、观众的更多干扰, 与教练的不同距离), 需要在更自然的环境中重现。

我们研究的另一个局限性是由于刺激材料的抽样而导致的潜在选择偏差。尽管我们仔细考虑了刺激材料的选择, 但我们不能完全排除 NVB 不仅与分数相关, 而且还可能受到视频中的第三个未知变量的影响。由于我们使用了教练员的 NVB 的电视录像, 所显示的镜头可能会有一些有偏差, 因为教练的 NVB 不是在整个比赛中显示的, 而只是在转播导演选定的时刻显示。因此, 刺激材料可能不是教练在整场比赛中的 NVB 的代表性样本。此外, 在刺激材料中可能有额外的困难, 因为一些教练比其他教练更外向, 一些视频片段比其他视频片段提供更多的信息。此外, 那些球队经常处于领先位置的教练(如拜仁), 无论分数类别如何, 总会被受试者评为更有利的教练。我们试图通过刻意选择德国参与者可能不太熟悉的联赛(例如甲级联赛)来减少这个问题。此外, 我们确保分数类别不会与教练团队的实力相混淆。另一个限制性因素是, 一些教练在几个得分类别中都有出现。

总之, 本研究提供证据表明, 教练的 NVB 允许观察者得出一系列有意义的推论, 并可能对其他人产生重要影响, 从而增加了关于体育中 NVB 的研究。与关于 NVB 的人际影响的研究一致, 该研究提供了教练在比赛中的 NVB 可能对其球员产生人际影响的迹象。综上所述, 研究结果表明教练的 NVB 在比赛中是很重要的, 值得今后研究。

基于体育教育模式中的社会情感学习对情商的影响

Effect of Sport Education Model-Based Social-Emotional Learning Program on Emotional Intelligence

译者：陶承玉 研究生院 20 级

摘要：在这项研究中，我们在体育教育模式（SEM）的基础上，利用社会情感学习模式（SEL）准备了一个为期 16 周的 SEM-SEL 排球项目。在 SEM-SEL 排球项目中，每周对 SEL 的目标成就进行处理并向学生提供关于目标成就的认识。在研究中，采用了带有实验前测试最后测试控制组的模式。实验组和对照组都是在所有三所学校类型中形成的。实验组的学生采用了为期 16 周的 SEM-SEL 项目，对照组的学生采用了现行课程。Schutte 情绪智力量表（SEI-S）被用作数据工具。数据分析使用了描述性统计和双向协方差分析（ANCOVA）。描述性统计的结果表明，实验组和对照组的 SEI-S 总分存在显著差异；实验组学生的情商水平有所提高，对照组学生的情商水平有所下降。根据方差分析，SEI-S 最终测试的总分发现，实验组和对照组有显著的差异。实验组有显著差异，而学校类型没有显著差异。因此，该 16 周的 SEM-SEL 排球项目对提高学生的情商水平是有效的。此外，还确定了 SEM 和 SEL 是相互兼容的，SEL 在体育教育和运动领域的积极成果。

关键词：情商、体育教育、体育教育模式、社会情感学习

1. 简介

个人发展中最重要过程之一是社会化。从出生起，个人就被期望在社区内兼容和社会化。社会化是一个过程，在这个过程中个人，特别是儿童成为一个特定群体的功能成员，并获得该群体其他成员的价值观、行为和信仰。这对人们适应他们所处的物理和社会环境以及过上健康、快乐和成功的生活非常重要（Baran, 2011; Driscoll & Nagel, 2008; Gander & Gardiner, 2007）。

情感发展是指来自个人的内在和外在世界的影响或事件是否让他感到愉悦。情绪发展与认知、语言和社会发展平行，意味着儿童意识到他/她的情绪，知道他/她的能力和不足，表达和监督他/她的情绪的不适当的方式。为了成为社会的有效成员，需要根据他的年龄实现他的社会情感发展（Baran, 2009; Pedük, 2011）。

文献中广泛使用情绪（情感）、关系建立（社会）和实现（任务导向）等维度来描述社会情感学习的领域（M. Lawson & H. Lawson, 2013; Shecktmann, De Barger, Dornsife, Rosier, & Yarnall, 2013）。社会情绪学习（SEL）被定义为认识自己和他人的感受，对他们的需求敏感，表达和管理情绪，认识自己的长处和短处，发展维持生活任务所需的技能，如有效沟通和保持的过程（Elias, 2003）。社会情感学习作为一个领域出现，受到了方法和认知发展的生态模型的影响，它培养个人的社会、情感和学术能力，仔细评估所涉及的形成和个人之间的相互关系（Bronfenbrenner & Ceci, 1994）。SEL 在认知、行为和情感领域的五种相互关联的能力：自我意识、自我管理、积极的决策、关系技能和社会意识（学术、社会和情感学习合作组织，2014）。

个人对社会和情感困难的挣扎影响了他们与学校的联系和他们的学校表现，这是一个需要强调的问题。诸如不满、缺乏归属感、疏远、不守纪律、离校等问题往往限制了学校的成功，甚至导致失败（Manz, 2007）。在这方面，Adelman

和 Taylor (2000) 认为, 如果学校在帮助学生取得学业成功的努力中只关注学术教学和学校管理, 那么就有可能落后于他们的目标。

通过帮助学生在社会和情感意义上有效地利用课堂, 并由学校创造有利于学习的环境, SEL 在这些阶段的运作中发挥了重要作用 (Manz, 2007)。那些在社会情感学习方面取得成功的人能够认识和管理他们的情绪, 建立健康的关系, 设定积极的目标, 满足他们的个人和社会需求, 并做出负责任的道德决定。(Elias 等人, 1997; Payton 等人, 2000)。

SEL 赋予个人许多积极的品质, 如倾听和言语交流、兼容性、创造性思维和解决问题、自尊、目标设定、自我激励、人际沟通能力, 调和、团队合作、精通阅读、写作和计算等等 (Uşaklı2017)。

自我保护不仅对学生而且对所有人都相当重要。我们在学习环境中的情绪状态会影响到我们学习的内容、方式和程度 (Uşaklı, 2008)。在这种情况下, 情绪就会发挥作用。情绪是内部指南, 引导个人通过回应他人的信号进行交流。主要的情绪会导致刺激身体, 主要情绪可以列举为愤怒、悲伤、恐惧、快乐、爱、惊讶、厌恶和羞愧。个人在做决定时不仅依靠逻辑, 而且还需要由过去的经验带来的情感积累。以智力为重点的大脑研究表明, 当情感纽带断裂时, 即使是简单的决定也无法做出 (Goleman, 1996, 1998)。对这一问题的研究的主要贡献之一是情商的概念。戈尔曼 (1996, 1998) 在他的例子中解释说, 情商不仅是抽象的, 而且还具有神经心理学和生理学方面。情绪智力的概念起源于一系列的科学学科。为了改善教育和工作生活中的人际关系, 防止人际关系引起的负面效应, 建立了一个模 (Acar, 2001)。

情绪智力是指个人认识自己和他人情绪的能力, 区分不同的情绪, 适当地理解它们, 使用情绪信息来指导行为, 管理或应用情绪来适应当前的环境 (Brody, 2004)。Yang, Read, and Miller (2009) 指出, 情绪是内部和外部信息粒子的结果, 在与人的环境互动后, 会不时地发生变化。情绪智力反映的不是单一的特征或能力, 而是不同推理能力的组合, 如感知、理解和分类情绪 (Bukaliya & Rupande, 2015)。

Oatley, Keltner 和 Jenkins (1996) 认为, 情绪有可能加强个人的思维, 但是情绪状态也有可能干扰学习。Sparrow 和 Knight (2006) 认为情绪是在相对较短的时间内发生的多成分反应倾向。Reiff 等人 (2001) 认为情绪主要是由唤起、维持和指导行动的力量驱动的。他们说情绪影响各种行为, 如学习、帮助、讨价还价、向往他人的善意、承担风险和兼容性 (Bukaliya & Rupande, 2015)。

帕克等人 (2004) 与 Bar-on (1997) 一样, 是研究情绪智力的先驱和主要研究者之一。Petrides, Frederickson, 和 Furnham (2004) 认为, 情绪智力与个人的学术成就密切相关。他们管理自己情绪的能力这种非认知能力与个人的生活成就的影响有关。

他们在 Lau (2006) 的研究中指出, 具有高情感水平的学生可能会在学业上做出更多努力。在学术研究中更努力。Schutte 等人 (2001) 的另一项研究发现, 情绪智力在建立和维持关系方面起着重要的作用, Saarni (1999) 发现, 情绪能力的相关结构有助于人际关系的质量, 是社会发展的一个重要组成部分。

情绪智力研究大多在教育 and 生理学领域进行。通过指出对儿童如何学习的研究的重要性, Hopfl 和 Linstead (1997) 认为, 儿童不仅要学习内容, 还要学习如何重视自己的工作, 如何与同伴建立关系, 以及如何对老师和朋友产生感情。这表明, 成功的学习和成功的表现是由于理性和情感能力的发展 (Seligman,

1998)。人们还看到,这在学校的成功中具有重要地位,因为良好的人际关系使个人在社会上融入学校系统,并能有效地与他或她的同伴讨论学术问题(Bukaliya Rupande, 2015)。

当学校把鼓励个人在学术上、社会上和情感上学习的努力整合起来时,它们就处于为履行教育职责而奋斗的最成功点。学校是社会空间,而学习也是一个社会过程。学生在教师和家庭的支持下,合作参加学习活动(Elias 等人, 1997)。在这种情况下,体育教育也是通过学校,也就是通过教育来面对个人。

体育训练的概念基础来自于游戏训练。Siedentop 认为体育教育的意义最好由游戏的概念来解释。Siedentop (2002) 说,游戏可以以一种强烈而全面的方式吸引参与者。他透露,游戏可以动员学生并鼓励他们在余下的日子里进行体育活动。

体育教育模式(SEM)最早由 Siedentop、Mand 和 Taggart 于 1986 年描述。在 1994 年, Siedentop 为体育教育工作者提供了一种更真实的体育教学方法。体育训练是旨在帮助个人更好地理解所有比赛中的体育,这要归功于长期以来在团队选择、季前训练、比赛、记录和官方裁判等方面的编程改进。(Bennett & Hastie, 1997)。

体育培训的理由很简单,也很容易理解。能够将体育文化传授给新生代是非常重要的,而做到这一点的最佳场所就是学校课程。毋庸置疑,儿童和年轻人能够通过多种方式了解体育文化。但提供广泛的、有教育意义的、平等的体育体验的最佳场所是教育系统。因此,SEM 被设计为一种将包含最积极特征的体育文化代代相传的方式(Metzler, 2011)。开发 SEM 是因为存在一些缺陷,如体育教师只教授技术技能,而不教学生如何进行任何运动的比赛,应该应用的规则,或在比赛中遵循的仪式等(Siedentop & Tannehill, 2000)。体育教育的主要目标是培养有知识、有技能、有意愿的体育人(Siedentop, 1994)。

Siedentop (1994), 对于体育教育,涉及一些具体的学习目标。这些目标包括:发展运动技能和身体素质;在运动中实施战略游戏并欣赏良好的做法;在适当的水平上参与学生的发展;分享体育经验的规划和管理;提供负责任的领导;在一个团体中有效地工作以实现共同的目标;欣赏赋予体育意义的仪式和规则;发展对体育问题作出因果决定的能力,并应用这些决定,应用和发展与裁判和训练有关的信息,成为志愿参与体育运动。SEM 项目是通过考虑这些目标来准备的。

除了这些目标之外,关于体育教育的研究指出,该模式为体育教育中的学生和教师提供了许多好处。对学生的好处包括加强个人对体育教育的投资,女孩和低技能学生的平等参与机会,以及学生成绩水平的提高。对教师的好处是增加了直接教学的自由度,更加关注学生的个人需求,并重新对教学产生兴趣(Mohr, Townsend & Pritchard, 2006)。在教授体育活动作为健康生活方式的一部分时,SEM 提供了一个有效的替代传统方法。

根据 Wallhead 和 O'Sullivan (2005) 的观点,作为一种教学模式,SEM 的框架分为两类:第一类是实施体育教育所需的实际策略,以及该模式对学生学习的教育效果,由其各个维度组成。第二是学生的个人和社会发展,即根据一致的结果,他们的态度(热情、动机等)和价值观(亲密、平等)。SEM 与体育中社会行为的改善有关,特别是在公平竞争方面。Wallhead 和 O'Sullivan (2005) 以及 Hastie、de Ojeda 和 Luquin (2011) 所做的一些研究支持这一主张。

据报道,用特殊的教学方法,如角色扮演、同伴辅导、解决冲突和透视,来呈现 SEL 的循证实施会更有效(CASEL, 2014; Jones, 2004)。SEM 为学生提供

了许多积极的特点,如为共同的目标而合作,做出团体的决定,作为一个团体有成功和失败的经验,创造一个团体的身份,以及在情感和社会方面的发展(Metzler, 2011)。在这种情况下,人们认为SEM将与SEL兼容。此外,SEL也被认为与体育活动和运动兼容,但这方面的研究很少(Ang, Penney, & Swabey, 2011; Gordon, Jacobs, & Wright, 2016; Talebzadeh & Jarfari, 2012)。

由于学校是社会机构,在一天中的重要时段,学校将大量的学生聚集在一起。许多儿童通过在家庭中获得社会和情感技能而来到学校,而许多儿童则没有获得这些技能。孩子们来到学校时可能没有获得诸如自我表达、表达自己的愿望和感受、应对自己的强烈情绪、愤怒管理、倾听、分享、协助和合作等技能。因此,未获得的社会和情感技能会导致学校环境中的人际冲突和纠纷。如果人们在学校没有获得这些技能和能力,他们就会在这些技能和能力被剥夺的情况下参与生活。因此,相关问题被转移到商业环境和所有社会关系中。在这种情况下,人们在年轻时发展社会和情感学习技能、承担责任的行为和情商水平是很重要的。在这项研究中,基于SEM的SEL-排球项目被计划在体育教育和运动课程中实施,并着重研究该项目对学生情商水平的影响。

2. 研究方法

2.1 研究的目的

本研究的目的是考察SEM-SEL排球项目对三种不同类型学校学生的情商水平的影响。在这方面,我们试图回答以下问题。

1) 应用SEM-SEL排球项目的实验组和控制组在情商水平方面的预测试和最终测试成绩是否有明显差异?

2) SEM-SEL排球项目对应用该项目学校的学生的情商水平是否有影响?

2.2 研究模式

本研究探讨了SEM-SEL排球项目在提高不同类型学校学生的情商方面的有效性。程度的效果。为此,我们建立了三个不同类型的学校的实验组 and 对照组来实施该项目。在这项研究中,有一种模式是 在本研究中,采用了实验前-测试-最后-测试的控制组模式。控制组经历自然过(Büyüköztürk, 2019),而实验组则接受过程(新的课程材料、不同的教学方法或应用,如培训项目),其对因变量的影响将被测试。

2.3 工作小组

研究中采用了目的抽样方法(Yıldırım & Şimşek, 2018)。2018-2019 学年秋季学期,在安卡拉省的安纳托利亚高中(实验=29,控制=28)、安纳托利亚职业技术高中(VTAS)(实验=28,控制=26)和体育高中(实验=27,控制=28)学习的九年级学生共166人被纳入研究。在三所不同的学校,通过随机分配的方法选择了组成实验组和对照组的班级。学生的年龄在15至17岁之间。

为了确定各组在情商水平方面是否相当,我们比较了舒特情商量表的测试前总分。发现学生在测试前的SEI-S总分在-2和+2的范围内,偏斜和峰度系数,观察数据的正态分布,继续分析如下(Field, 2009)。方差相等的结果显示在表1中。

表 1. 学生情商水平的前测总分的方差相等 (单因素方差分析)

Variables	N	\bar{X}	Sd	Df	F	P
Experiment	84	129.60	13.41	1	3.742	.167
Control	82	133.81	14.61	164		
Pre-test						
Anatolian	57	133.19	13.97	2		
High School VTAS	54	131.90	15.85	163	.305	.136
High School VTAS	55	129.90	131.68			

$p < .05$.

根据表 1, 实验组和对照组学生的情商水平的前测分数没有显著差异 ($F(1, 164) = 3.742, p > .05$)。根据学校类型, 学生情商水平的前测分数也没有显著差异 ($F(2, 163) = .305, p > .05$)。这表明, 根据学校类型和组别, 学生的情绪智力水平是相等的。学校类型和小组。

2.4 数据收集工具

研究中使用了 Schutte 情绪智力量表。

Schutte 情绪智力量表(SEI-S)。该量表由 Schutte、Malouff、Hall、Haggerty、Cooper、Golden 和 Dornheim (1998) 开发, 并由 Austin、Saklofske、Huang 和 McKenney (2004) 重新组织为第 41 条。该量表为五级 Likert 类型, 由三个子维度组成: 乐观/调节情绪、使用情绪和评价情绪。

该量表由 Tatar、Tok 和 Saltukoğlu (2011) 改编为土耳其语, 共适用于 1743 人, 年龄在 17-78 岁之间, 其中 1022 名女性 (58%) 和 721 名男性 (41%)。年龄在 17-78 岁之间, 1022 名女性 (58.6%) 和 721 名男性 (41.4%)。对于整个 Cronbach-Alpha 内部 连贯性系数为 0.82, 其较低的维度为 0.75、0.39 和 0.76, 已经确定。对于整个 对于整个 Cronbach-Alpha 量表, 本研究中总共 166 名学生的内部一致性系数为 0.69。而其较低的维度则为 0.58、0.56 和 0.65。

2.5 数据收集过程

本研究计划在 2018-2019 学年秋季学期, 以安卡拉市三所不同类型学校的九年级班级 (实验=84) 的学生为研究对象, 在课程中开设体育教育与运动课程, 共一天, 16 周, 16 门课程, 32 小时。对 Siedentop、Hastie 和 van der Mars (2011)、CASEL (2012) 和 Zins、Weissberg、Wang 和 Walberg (2004) 的资料来源的内容和样本应用进行了审查, 以准备教案。作为审查的结果, 为排球准备了 16 门课程, 包括 SEL 的水平和 SEM 的目标行为。SEL 的水平被放置在根据 SEM 准备的排球赛季计划中。SEL 的目标成就也得到了处理, 每周向 SEM-SEL 排球课程中的学生提供关于目标成就的认识。

研究是在三种不同类型的学校进行的。这三类学校的运作方式都是不同的。

在体育高中就读的学生，每周有一半的课程时间参加应用体育课，另一半时间看学术课程。安纳托利亚高中是完全学术性的，有为大学做准备的课程。在 VTAS，学生主要是为他们选择的分支（计算机、电力、化学、儿童发展等）接受职业培训，同时还有学术课程）。

实验组和对照组的学生在被告知研究内容后，向他们分发了自愿同意书。收集完同意书后，应用 SEI-S 进行了预测试。SEM-SEL 排球课程对实验组的学生进行了 16 周的培训。目前的课程与对照组的学生有。实验研究和对照组的现行教学计划是由负责学校的体育教师进行的。对进行实验研究的体育教师进行了关于课程运作的研讨，并提供了与课程内容有关的必要文件和材料。在应用之后，SEI-S 被重新应用于实验组和对照组的学生，作为最终测试。实验应用情况见表 2。

Week	Level	Gain	Event
1	Self-awareness	Respecting yourself and others, self-control	Setting rules, setting levels
2	Self-awareness	Finding logical solutions to problems, reassuring each other, communicating.	Play rules, technical work
3	Self-awareness	Self-control, respect for yourself and others	Historical development of volleyball in the world, technical study
4	Self-management	Controlling emotions, setting goals	Historical development of volleyball in Turkey, technical study
5	Self-management	Controlling the feelings of winning and losing, taking responsibility	Nutrition and health of sportsperson, technical study
6	Self-management	Controlling the feelings of winning and losing self-regulation	The benefits of regular physical activity, technical study
7	Positive decision-making	Strategy development, showing leadership, communicating, motivation.	Volleyball organizations in the world, technical work
8	Positive decision-making	Making effort, participation, problem-solving, decision making, evaluation of the result	Volleyball organizations in Turkey, technical study

9	Positive decision-making	Goal setting, self-development, decision-making	Safety rules to be considered in sports fields, technical study
10	Relationship skills	Self-responsibility, motivation, focusing, a relationship building, maintaining relationship	Technical work, adopting tasks
11	Relationship skills	Focusing, cooperating, active listening, negotiating conflict	Technical work, adopting tasks
12	Relationship skills	Setting goals, establishing relationships, self-responsibility	Technical work, adopting tasks
13	Social awareness	Social awareness, creativity, self-expression, and collaboration	Technical work, adopting tasks
14	Social awareness	Social awareness, creativity, self-expression, and collaboration	Technical work, adopting tasks
15	Social awareness	Strategy development, showing leadership, social awareness	Post-season competitions
16	Social awareness	Creative thinking, cooperation, self-expression, leadership, empathy	Post-season competitions

SEM 有六个重要的特征：季节、团队成员、正式比赛、结果事件、记录保存和节日 (Siedentop, 1994)。根据这些特点，排球课程以季节性的形式进行，包括 16 周，学生被分成同等的小组，团队成员被组成并在整个赛季中继续他们在同一团队的成员资格。以排球为导向的表演和非表演（球队经理、教练、裁判、调理、卫生官员、统计员、新闻成员、组织官员、材料员等）任务交给了学生，并进行了有关任务的培训。正式比赛与排球赛季一起举行，随之而来的是颁奖和庆祝活动，对活动进行记录，赛季作为节日气氛中的高峰活动继续进行（拍摄球队照片，为球队寻找名字，挑选绅士和运动员，庆祝活动，吸引人们对球队成功和个人成就的关注并定期公布，等等）。

在研究之前，已经得到了 Gazi 大学科学研究和出版伦理委员会的批准。出版伦理委员会和所有学生的批准。学生们被告知了研究的内容和他们拥有的权利。参与研究肯定不会对课程成绩产生任何影响，在参与过程中，志愿服务是基于的。

3. 研究结果

从 SEI-S 中发现学生的前测和终测总分在 -2 和 +2 的范围内，有偏度和峰度系数，观察到数据的正态分布，继续分析如下 (Field, 2009)。表 3 中给出了偏度和峰度值。

表 3. SEI-S 的偏度和峰度值

	Variables	N	Skewness		Kurtosis	
			Statistic	Std.Error	Std.Error	Std.Error
Pretest	Experiement	84	1.185	.263	1.366	.520
	Control	82	.605	.266	.237	.526

Posttest	Experiement	84	-.447	.263	.908	.520
	Control	82	-.347	.266	-.378	.526
Pretest	Anatolian High School	57	.542	.316	-.424	.623
	VTAS	54	.984	.325	.684	.639
	Sports High School	55	1.040	.322	1.831	.634
Posttest	Anatolian High School	57	-.479	.316	.182	.623
	VTAS	54	-.638	.325	1.767	.639
	Sports High School	55	-.148	.322	-.566	.634

表4给出了从SEI-S获得的作为学生的学校类型的测试前和测试后分数的平均值和标准偏差值。

表4. SEI-S的平均值(X)和标准偏差(Sd)。

Sub-scales	Type of school	Group	N	Pre-test		Post-test		
				\bar{X}	Sd	\bar{X}	Sd	
Optimism/Mood Regulation	Anatolian High School	Experiment	29	44.10	6.64	38.37	3.82	
		Control	28	43.89	5.11	41.78	5.06	
	VTAS	Experiment	28	41.39	6.17	41.03	2.57	
		Control	26	40.73	8.87	43.26	3.73	
	Sports High School	Experiment	27	42.88	7.85	41.92	6.53	
		Control	28	38.03	3.19	37.39	2.55	
	Total	Experiment	84	42.80	6.91	40.40	4.77	
		Control	82	40.89	6.50	40.75	6.23	
	Utilizations of Emotions	Anatolian High School	Experiment	29	15.00	3.11	19.20	2.75
			Control	28	19.78	3.21	17.92	3.39
VTAS		Experiment	28	18.75	3.25	18.71	2.57	
		Control	26	18.03	4.17	17.11	3.47	
Sports High School		Experiment	27	17.66	4.21	17.25	3.41	
		Control	28	18.53	3.08	18.96	2.63	
Total		Experiment	84	17.10	3.85	18.41	3.01	
		Control	82	18.80	3.53	18.02	3.23	
Appraisal of Emotions		Anatolian High School	Experiment	29	25.75	5.46	32.17	3.10
			Control	28	33.89	5.50	28.03	5.29
	VTAS	Experiment	28	29.28	4.22	30.92	3.07	
		Control	26	31.03	5.72	26.15	5.26	
	Sports High School	Experiment	27	30.81	5.37	29.85	7.77	
		Control	28	30.57	3.28	30.25	4.76	
	Total	Experiment	84	28.55	5.43	31.01	5.11	
		Control	82	31.85	5.10	28.19	5.31	
	Total	Anatolian High School	Experiment	29	123.65	6.70	129.72	7.44
			Control	28	143.07	12.62	130.92	8.81
VTAS		Experiment	28	131.46	15.42	133.71	6.42	
		Control	26	132.38	16.60	130.38	9.49	
Sports High School		Experiment	27	134.07	14.64	132.11	10.13	
		Control	28	125.89	8.39	124.32	9.05	
Total		Experiment	84	129.60	13.41	131.82	8.18	
		Control	82	133.81	14.61	128.50	9.50	

根据SEI-S的最终测试总分,可以看出,实验组学生的情商水平有所提高,而对照组的学生则有所下降。当SEI-S按照较低的维度进行考察时,可以看到实验组的学生在乐观/情绪调节方面的得分有所下降,在情绪的使用和情绪的评价

方面的得分有所上升, 而对照组在所有三个较低的维度上都有所下降。

此外, 当根据学校类型考察实验组的 SEI-S 总分时, 发现安纳托利亚高中的平均分从 $X=123.65$ 上升到 $X=129.72$, VTAS 的平均分从 $X=131.46$ 上升到 $X=133.71$, 而体育高中则从 $X=134.07$ 下降到 $X=132.11$ 。根据结果, 增加最多的是在安纳托利亚高中学习的学生的的情绪智力分数。体育高中的下降是显著的。

我们进行了双向方差分析, 以确定在按小组和学校类型检查学生的前测分数时, 最终测试分数是否有显著差异。分析结果见表 5。

表 5. SEI-S 的双向方差分析结果

Source	Type III Sum of squares	Df	Mean square	F	p	η^2
Covariate (pretest)	71.41	1	71.41	.959	.329	.006
Type of school	377.91	2	188.95	2.539	.082	.031
Group	499.49	1	499.49	6.711	.010*	.040
Type of school*group	333.61	2	166.80	2.241	.110	.027
Error	11834.88	159	74.43			
Total	2826546.00	166				
Corrected total	13340.57	165				

注: $P < .05$ *, 自变量: 后测。

根据表 5, 当检查 SEI-S 前测总分和最终测试总分时; 发现根据学校类型, 各组在情绪智力水平方面的得分没有显著差异 [$F(2; 159) = 2.539, p > .05$]。根据 Bonferroni 测试结果, 实验组 ($X = 131.92$) 和对照组 ($X = 128.43$) 的最终测试分数之间存在显著差异, 有利于实验组。虽然实验组学生的情商水平有所提高, 但这种提高在学校类型方面没有统计学意义。根据 Kinnear 和 Gray (1999) 的分类, 在实验组中观察到对情绪智力水平的影响因素是相当高的效果 ($\eta^2 = 0.040$)。此外, 参与 SEM-SEL 排球项目被发现对学校的情绪智力分数没有显著影响 类型 [$F(2, 159) = 2.241, P > .05$]。这表明参加和不参加 SEM-SEL 排球项目的学生的情商水平并不因学校类型的不同而改变。

4. 讨论和结论

在这项研究中, SEM-SEL 排球项目被应用于三所不同学校的学生, 为期 16 周, 并根据学校类型考察了该项目对情绪智力的影响。研究结果表明, SEM-SEL 排球项目对发展学生的情绪智力水平是有效的。此外, 研究表明, SEM 和 SEL 是相互兼容的。这一结果证明, 基于 SEM 的体育教育促进了学生的 SEL。该研究的另一个结果是, SEL 在体育教育和运动领域有积极的效果。它为希望在体育教育和运动课上实施 SEL 的学校提供了积极的证据。

根据 SEI-S 最终测试总分, 可以确定实验组学生的情商水平有所提高, 对照组学生的情商水平有所下降。因此, 可以说 SEM-SEL 排球项目对学生情商水平的发展有影响。当 SEI-S 按照较低的维度进行考察时, 可以发现实验组和对照组的行为都有所下降, 如 “评价自己的经验, 寻找可以快乐的活动, 能够更容易地克服问题, 赞美别人, 乐观, 在情感变化运动中产生新的想法。应该在学校创造环境, 让学生体验不同的情绪和心情, 并做出正确的决定, 展示他们问题的解决方案和可能的后果, 并了解他们应该如何行事。然而, 当情绪变化时, 在看到新的可能性、情绪对生活质量的影 响、情绪对产生想法和解决问题的贡献等行为方面, 实验组有所增加, 对照组则有所下降。因此, 可以说学生在课程结束时控制了自

己的情绪，他们也能在决策阶段从自己的感受中受益。此外，在课程结束时，实验组学生的行为有所增加，如理解人们的非语言信息，区分他们是认真的还是开玩笑的，与人沟通，更容易，建立亲密的友谊，而对照组的学生则有所下降。因此，可以说 SEM-SEL 排球项目提高了学生表现出的同理心，理解他人的感受，以及与他人进行舒适的沟通。重要的是要研究控制组中情商水平下降的原因。

此外，还确定安纳托利亚高中的情商分数增幅最高，体育高中的分数则下降。在安纳托利亚高中，正在准备一个只关注学术成就的课程。SEM-SEL 排球项目，旨在获得同理心，理解他人的感受，体验输赢的感觉，可能吸引了学生的兴趣。这一结果表明，这类项目，在只针对学业成绩的学校类型中也有实施，可能会提高学生的社会情感学习能力。这些学校的学生也需要通过各种活动发展他们的认知、社会、情感和身体特征。

在该计划结束时，体育高中学生的情商水平下降明显，必须调查下降的原因。在这种类型的学校，提供体育训练，其中包括不同的技术分支-战术。一般来说，在课程中采用指导学习、练习、同伴学习和参与的方法；像指导发明、解决问题和个人评价等方法几乎没有被使用。教师们通常会像在体育俱乐部训练一样练习他们的课程。因此，学生没有得到思考、研究、分析、探索等机会。负责这个项目的体育教师在上课时可能只注重技能学习，而不是旨在实现目标的活动。在基于模型的应用研究中，重要的是每个研究者都表现出良好的符合模型的要求（Kirk, 2013）。关于实际应用中出现忠诚度问题，Curtner-Smith、Hastie 和 Kinchin（2008）发现，教师候选人对体育教育有不同程度的承诺。根据 Dyson 和 Casey（2012）的研究，教师根据自己的喜好改变基于模式的教学是很常见的。然而，Gordon 和 Doyle（2015）谨慎地指出，在某些情况下，不要自动拒绝模式的变化，指出在模式应用中可能存在灵活性，但灵活性不应该进行。

此外，体育中学为未来的体育教师培养候选人。这是一个危险的后果，这些学生的情商水平下降了。因为这些学生将来会成为体育教师，所以教师必须了解学生的感受，他们想说什么，他们的秘密信息，以及他们的沟通方式。在这种情况下，体育中学，或者更确切地说，所有学校的体育教育和体育课程的教学方法急需改变。应该向学生介绍一种教育模式，让他们在其中获得一些活动，如提高对自己情绪的认识、同情心、承担责任、帮助他人、控制情绪等。

根据这项研究的结果，发现实验组的学生在情绪智力分数上有显著的差异；但是，根据学校类型，没有显著的差异。研究还发现，实验组和学校类型对情绪智力得分的共同影响并不显著。因此，可以说学校类型对改变参加 SEM-SEL 排球项目的学生的情商水平没有效果。

在目前这项研究中，只应用了 SEM-SEL 排球项目。在实验研究过程中，还考

察了不同的参数,但本研究只关注该项目在三个不同学校类型中的情商水平的影响。未来的研究可以通过对不同的参数(自我效能、态度、个人-社会责任等)进行分析,在不同的模式组合、不同的年龄组、不同的体育分支中进行。

5. 建议

除了情绪能够促进学生的学习和他们在学校的绝对成功之外,它们还可以通过创造相反的情况使他们的成功变得更加困难。虽然社会和情绪因素对学生有如此重要的地位,但学校需要重新安排教育过程,以使学生受益。

为了提高个人的情商水平,所有的家庭教育、学前教育、中小学教育和成人教育的教育计划都应该在这一认识下进行重组。情绪智力在学生个性发展中的重要性不容忽视,各级教育,尤其是学前教育阶段,都应认真纳入计划。在学校里,应该为学生提供环境,让他们与自然、社会、环境、同龄人互动。在这种情况下,应与管理层、家长-教师协会和家长合作并携手制定有助于体育教育计划的参数。

学校的行政人员和教师应该由采用情商价值观和态度的人组成。除了在教学计划中提供情感和社会技能外,还应该准备在课程之外发展这些活动的计划。开发适当的方法、环境、策略和技术,以使用准确有效的方式在教育项目上反映出情绪智力的能力,并增加科学研究,确保新的教学设计的产生是必要的。像 SEM 这样的模型可以用来使学生发展情感领域,特别是在体育方面。

旨在促进社会和情感学习的课后足球项目的实施和感知益处：一项多案例研究

Implementation and perceived benefits of an after-school soccer program designed to promote social and emotional learning: A multiple case study

作者: Paul M. Wright, Jenn M. Jacobs, Steven M. Howell, Gabriella M. McLoughlin

译者: 范宇翔 研究生院 20 级

摘要

社会和情感学习 (SEL) 能力, 如自我意识和关系技能是学术成功、整体幸福和避免问题行为的预测因素。在学龄儿童中, 研究表明, 实施良好的项目可以教授 SEL 的能力和生技能 (例如, 领导能力, 负责任的决策), 这些可以转变到其他环境中。在以体育为基础的青年发展领域 (SBYD) 也提出了类似的主张, 然而, SEL 框架并未在体育节目中得到广泛应用。SBYD 项目旨在促进 SEL 的实施、学生学习和学习转变需要进一步的探索。因此, 本研究探讨旨在促进 SEL 的课后足球计划的实施和感知效益。参与者是来自该项目提供的三个不同地点的 6 名教练和 51 名学生。采用了多个案例研究设计, 整合了来自定制反馈调查、访谈、系统观察和现场记录的数据。结果表明, 该计划反映了 SBYD 的许多最佳实践。虽然不同地点的实施情况不同, 但项目文化和核心价值观是一致的。有证据表明, 学生在足球项目中学习和应用了 SEL 课程, 而且项目以外的转变得到了促进。参与者最有可能报告转学到学校环境, 因此, 未来的研究应该更直接地研究这个主题。讨论了对研究和计划实施的其他影响。

介绍

证据表明, 社会和情感学习 (SEL) 作为学生整体教育的一部分的重要性。社会和情绪学习研究人员认为, 五种核心的个人和人际能力可以促进各种学术和课外实践的发展 (Durlak, Weissberg, Dymnicki, Taylor, 和 Schellinger, 2011)。这些能力是: 自我意识、社会意识、关系技巧、自我管理和负责任的决策。根据对 213 项研究的元分析, 与对照组相比, 学校 SEL 项目的参与者在学业成绩、课堂行为、管理压力和抑郁的能力以及对学校、同伴和自我形象的态度上有显著提高 (Durlak 等人, 2011 年)。最近对 82 项研究进行的荟萃分析表明, 这些益处通常会随随访中持续 (Taylor, Oberle, Durlak 和 Weissberg, 2017)。促进 SEL 能力和相关结果的项目在城市学区尤为重要, 因为城市学区的高贫困率、犯罪率、低教育程度和不良健康结果对少数族裔青少年的影响尤为严重 (Fiscella 和 Kitzman, 2009; Gregory, Skiba, 和 Noguera, 2010; Jonathan 和 Duncan, 2010; Kozol, 2012; Office of Civil Rights, 2016, 2018)。SEL 中推广的个人和社会技能与积极的青少年发展计划之间有很多重叠 (Catalano, Berglund, Ryan, Lonczak, 和 Hawkins, 2004; Taylor 等人, 2017)。这包括以体育为背景促进青年发展的项目, 通常被称为以体育为基础的青年发展 (SBYD; Petitpas, Cornelius, Van Raalte, 和 Jones, 2005)。大多数 SBYD 项目将体育作为促进

积极生活技能(如领导能力、自我控制能力)发展的载体,而不仅仅是体育能力(如投掷、力量)(Petitpas 等人, 2005)。在 SBYD, 重点是年轻人的优势和潜力,而不是缺陷或风险(Gould 和 Carson, 2008)。在这个框架内,年轻人可以建立可转变的生活技能,可与 SEL 能力相媲美(Jacobs 和 Wright, 2014; Jacobs 和 Wright, 2018; Wright, 2017),可以被教授,练习,并转变到其他设置,以提高个人和社会成长的目的(Gould 和 Carson, 2008)。几十年来,为在城市学校就读的少数民族青少年设计和实施的 SBYD 项目的有效性在实践中得到了证实(Hellison, 2011; Hellison 和 Walsh, 2002; Petitpas 等人, 2005; Wright, Li, Ding 和 Pickering, 2010)。对几个课外 SBYD 项目的研究表明,在项目设置中,学生的责任感和社交技能得到了提高,生活技能(如自我控制、坚持、目标设定)向课堂环境转变的报告(Gordon, Jacobs, 和 Wright, 2016; Jacobs, Journal of Amateur Sport Volume Six, Issue One Wright 等., 2020 127 Lawson, Ivy 和 Richards, 2017; Martinek, Schilling 和 Johnson, 2001; Walsh, Ozaeta 和 Wright, 2010)。

在当前的研究中,我们考察了一个成熟的 SBYD 足球项目,该项目在大城市环境中与来自边缘化社区的学生明确宣传 SEL。考虑到 SEL 框架的相关性,来自 SBYD 领域的最佳实践,以及项目实施的重要性,本研究采用多案例研究设计,以检验这个由美国中西部一个大城市的一个职业足球组织的慈善机构赞助的课外项目的实施和感知收益。该项目已经在多个地点运营了好几年,并因其质量和对周边社区的贡献而获得了全国认可。

转变

SBYD 的生活技能转变是一个备受讨论的话题(Jacobs 和 Wright, 2018; Pierce, Gould 和 Camiré, 2017)。许多项目只关注其他环境中的行为变化,以此作为转变的证据。这种简单化和狭隘的观点在许多方面都存在问题。例如,它未能捕捉学习的重要情感和认知方面。Jacobs 和 Wright(2018)提出的另一种观点认为,迁移可以以多种方式表现出来,即青年表现出积极的使用、经验价值和/或对他们所学的生活技能的认知的扩展。他们的论文基于转型经验框架(Pugh, Linnenbrink-Garcia, Koskey, Stewart, 和 Manzey, 2010),该框架将迁移概念定义为一组不同但相互关联的组成部分。

动机性使用代表了转变的行为成分,描述了年轻人在不需要的环境中应用期望的行为,或在权衡该决定与冲突或支持的环境因素时打算使用该行为(Jacobs, Lawson, Ivy, 和 Richards, 2017)。生活技能转变概念模型的另外两个核心组成部分(Jacobs 和 Wright, 2018)涉及认知和情感过程。体验价值代表青年对所学生活技能内容的重视和赋予意义,感知扩展代表青年对生活技能材料的新思考。综上所述, Jacobs 和 Wright(2018)认为, SBYD 的生活技能转变是一系列相互关联和重叠的过程,涉及认知、情感和行为变化。

项目实施

体育运动之间存在广泛的共识(Gordon 等人, 2016; Petitpas 等人, 2005)和非体育(Catalano 等人, 2004)学者认为,个人-社会发展项目的实施力度是项目成功的关键。Petitpas 等人(2005)认识到,项目(特别是多场地项目)可以增强其影响力,他们在《业余体育杂志》(Journal of Amateur Sport)第6卷,第一期 Wright 等人(2020年第128期)关注的问题包括招募、选拔、培训和为实施

项目的个人提供的持续支持。他们还建议,一个定义明确的项目,包括书面课程和其他资源,可以帮助支持项目模型的一致性和保真性。当前研究中的足球项目课程是基于学术、社会 and 情绪学习合作项目(CASEL; (参见 <http://casel.org>), 它突出了以下核心能力:自我管理、自我意识、社会意识、关系技能和负责任的决策。使用这个 CASEL 框架,一些课程已经在教室和全校范围内进行了测试,但是,没有一个课程以体育作为课程内容。因此,这个定制的书面课程被开发,包括超过 20 个课程,其中足球技能和内容每周介绍,并与一个特定的 SEL 技能与核心能力之一相结合。在实施方面,该领域的专家强调了系统的项目评估作为理解和不断改进此类项目的一种方式的重要性(Jacobs 和 Wright, 2018;Petitpas 等人, 2005;Weiss, Bolter, 和 Kipp, 2014)。这些建议告知了当前的方案评估设计,这将在后面的章节中得到更充分的解释。

在旨在教授生活技能和促进转变的 SBYD 项目中,Petitpas 等人(2005)认为,教练需要了解项目背景,并适应有意策略来促进转变。转变过程中的另一个重要因素是学生对运动内容和生活技能内容的意识和欣赏(Jacobs 和 Wright, 2018)。通过对生活技能进行结构化的讨论,这通常会增强这种能力,因为生活技能可以应用于体育以及在其他环境中的应用(Hellison, 2011)。重要的是要实证地探索项目实施如何影响学生的学习和体育以外重要的生活课程的转变(Gordon, Jacobs, 和 Wright, 2016)。因此,本研究的目的是探讨一个旨在促进 SEL 的课外足球计划的实施和感知利益。具体目标是(1)确定和描述项目的基本特征,(2)理解项目如何跨站点实施,以及(3)检查实施和感知利益之间的联系。

方法

本研究采用多种方法开展案例研究,以进行项目评估(Stake, 1995)。案例研究通常被推荐用于项目评估,特别是当涉及多个地点,研究人员希望研究项目实施中的异同(Patton, 2015)。这种方法已被确定为与多地点的 SBYD 项目评估特别相关(Petitpas 等人, 2005)。

参与者和设置

为这个多案例研究选择的三个项目站点将使用假名 Sutton, Erickson 和 Thompson 来引用。所有场地都是在美国中西部一个大型城市学区的公立小学放学后进行的。这些是社区学校,为周围社区的学生开放入学,从学前班到八年级。

在人口统计方面,Sutton 有 617 名学生(98%是西班牙裔;2%的非裔美国人),91%的被描述为低收入,45%的英语水平有限,16%的长期旷课(即一年无正当理由缺课超过 5%)。Erickson 有 1467 名学生(95%是西班牙裔;2%的白人;1%的非裔美国人;1%亚洲人),其中 82%的人收入较低,49%的人英语水平有限,15%的人长期旷课。Thompson 有 941 名在校生(78%是西班牙裔;22%的非裔美国人),88%的人收入较低,30%的人英语水平有限,20%的人长期旷课。

每个网站都提供相同的足球节目,由该市的职业足球队赞助。在进行这项研究的一年中,大约有 15 个场址在运作。这三个人是在与项目主管的交谈中被有意挑选出来的(Patton, 2015),因为他们提供了最好的机会来看到项目按计划实施,因为他们有一个稳定的教练团队,已经展示了对项目的高水平承诺。每个地点每周进行 2~3 次 1.5 小时的练习,由当地学校聘请的 2 名教师负责。共有 6 名成年教练(3 名男性;女 3 人,51 人(男 43 人;年龄从 8 岁到 11 岁的学生参与了这项评估。尽管女学生的数量较低,但这一比例在这些网站和整个项目中具有

代表性。所有参与当前研究的教练和学生都是西班牙裔，这是选定的案例研究地点的代表。参与评估的父母同意在项目登记时提供，所有参与者在数据收集之前口头同意。这项研究是由主要作者所在大学的机构审查委员会批准的。

程序及资料收集

反馈调查。为这个项目创建了定制的反馈调查，并管理给教练和学生。这两项调查都包括了几个强制选择的项目，这些项目直接针对项目的关键特征或既定目标，以及类似项目中普遍报告的经验 and 收益。这样的定制调查是有价值的，因为它们具有高水平的内容效度(Thomas, Nelson 和 Silverman, 2015)，并且与感兴趣的项目相关(Patton, 2015)。这些仪器已经证明在体育发展项目评估中的效用(Hellison 和 Journal of Amateur Sport Volume Six, Issue One Wright, 等人, 2020 130 Walsh, 2002; Wright, Jacobs, Ressler, 和 Howell, 2018)。当前研究中使用的数据库是在与项目主管的交谈中开发的，在前一年试点，并被认为与评估相关和有用。仅对这些项目进行了项目水平的分析，而不是将它们的评级汇总成一个量表分数，因此，不需要评估它们的内部一致性(Patton, 2015; Thomas, Nelson 和 Silverman, 2015)。

系统的观察。基于责任的行为评估工具(TARE) 2.0 是一个观察系统，以 3 分钟为间隔，评估在高质量的 SBYD 项目中常见的教师和学生行为。本仪器的内容效度和评级者间信度超过 80%，已在两个独立的研究中建立(Escartí, Wright, Pascual, 和 Gutiérrez, 2015; Wright 和 Craig, 2011)。行为以 5 分(0-4)的标准来衡量执行力。TARE 包括九种教师行为:树立尊重行为的榜样，设定期望，创造成功机会，培养社会交往，分配任务，提升领导力，在项目中给予选择/发言权(例如，为学生创造做出决定和分享意见的机会)，提供评估，并通过讨论或反思促进生活技能、SEL 能力和在项目中学到的价值观的转变。TARE 还包括九种类型的学生行为/互动:参与、参与、表现尊重、合作、鼓励、帮助他人、领导(如担任队长或领导热身运动)、表达意见(如分享意见或建议)和寻求帮助。该工具已在大量的项目评估中被证明是有用的，表明教练使用责任导向的教学策略越多，学生越有责任和亲社会行为(Escartí 等人, 2015; Wright 和 Irwin, 2018)。第一、第三和第四作者在所有人都参加了包括视频和现场实践的培训课程后进行了观察。这三种评级机构之间的一致性都至少达到了 80%。每个案例研究地点观察三次(2 次常规实践; 1 个游戏日)，每个站点由两名观察员观察。

专业笔记。研究团队的每位成员在会议、现场考察和/或 TARE2.0 观察后记录人种学实地记录。这些现场记录使研究人员能够记录交互、对话和关键事件。除了记录事实信息，研究人员还记录了对项目和研究过程本身的印象和反思。

人工产品。我们回顾了大量现有的材料来描述和解释这个项目。这些包括印刷材料，如教练手册、学生日志、项目描述和赛程表。还审查了足球训练的视频演示和基于网络的资源。

访谈。各学校的 6 名教练和几名学生都参加了采访。许多采访都很简短，本质上是对话式的，只持续 5 到 10 分钟。这样的采访在训练之前和之后，在休息时间等进行。如果他们是更非正式的谈话，没有被记录在录音带上，他们会被记录在现场笔记中。三位教练(每个地点一位)也参与了一个较长的(大约 60 分钟)半结构化的访谈(Amis, 2005; Patton, 2015)。这些采访是在教练选择的时间和地点进行的(通常是在他们现场的练习之后)。问教练的问题有：“你觉得这个项目的 SEL 部分怎么样？”以及“你如何知道学生是否理解了你推广的 SEL 概念？”

向学生提出的示例问题有：“告诉我你对这个项目的感觉？”和“你能给我举一个你在这个项目中谈到的，你在其他地方，比如在家里或学校使用的社交技能的例子吗？”

数据分析

在第一阶段的数据分析中，分别对定量和定性的数据集进行分析。来自 TARE 2.0 观察和定制反馈调查的定量数据进行描述性分析(即，均值、标准差和频率)。第一和第二作者对定性数据集进行了多次审查，直到可以开发出含义单位和初始代码(Patton, 2015)。这些代码经过提炼，然后应用于数据集，并进行了专题分析。主题的发展和细化是一个涉及归纳(数据驱动)和演绎(理论驱动)推理的迭代过程。这些代码经过提炼，然后应用于数据集，并进行了专题分析。主题的发展和细化是一个涉及归纳(数据驱动)和演绎(理论驱动)推理的迭代过程。这种分析方法已被证明在其他体育研究中是有用的(Amis, 2005; Wright 等人, 2018)。在第一和第二作者同意主题是有力的，明确的，和互补的，他们分享经过了其他两位作者的同意。

虽然研究人员在第一阶段的分析中意识到场地水平的差异，但第二阶段强调跨案例比较(Stake, 1995)。从第一阶段的发现的相似性和差异进行了回顾。在方法论(定性和定量)、数据来源(访谈、现场笔记、观察、调查等)和参与者(教练和学生)方面的三角测量有助于每个案例研究的发展。这些案例由研究小组的成员单独审查。在团队成员对每个案例的关键特征以及不同案例的异同做出初步解释后，团队开会进行汇报和讨论，直到就关键发现和理论含义达成一致。

可信性

研究团队成员被聘为本项目的外部评估人员。这提供了与作为评估伙伴和关键线人的项目主管共同解读研究结果的机会(Patton, 2015)。虽然这种关系加强了报告的访问和准确性，但这种关系和提供有利结果的潜在压力可能令人担忧。为了避免任何这样的偏见，我们依赖于同行汇报，寻找否定证据，并与三位教练进行成员核查(Lincoln 和 Guba, 1986)。这些过程要么对我们的分析过程有贡献(例如，在寻找否定证据中确定的改进领域的包含)，要么肯定(例如，在成员检查中确定的没有关注或差距)。

上述提到的方法、数据来源和参与者的三角测量也是提高可信度的关键策略(Lincoln 和 Guba, 1986)。除了在我们的同行汇报会议中关注反思性，以意识到并将任何偏见对我们工作的影响最小化外，我们还认识到可能影响参与者的潜在紧张或力量失衡(Thomas, Nelson, 和 Silverman, 2015)。具体来说，研究人员和项目主管在受邀参加的教练员中明确表示，评估的目的是更好地理解项目，并发现改善的机会。他们向他们解释说，选择他们的地点是因为他们被认为是有效的教练，他们没有理由感到受到这个过程的胁迫或威胁。

结果

项目组织

基于与项目主管的对话、对工件的回顾，以及对教练的直接观察和采访，该项目似乎是全面的、明确的和有组织的。课程材料包括一本供教练使用的课程手册，其中建议了整个赛季的课程计划。关于足球，课程计划包括热身练习，足球

技能和训练,以及比赛图表。关于 SEL,每个课程计划都包括一个主题(例如,沟通、自我控制、领导力)以及要与学生分享的小插曲或场景,以促进对该主题的讨论。为了补充书面材料,教练们可以访问在线视频资源,展示足球技能和训练。之所以提供视频,是因为大家都知道许多教练自己的足球经验有限。所有的学生都被提供了每周日志,以促进组织和沟通任务(例如,与家人分享比赛时间表)和 SEL 活动(例如,设置一个足球目标或教室行为目标)。学生每完成一项任务或活动,便可获奖励贴纸。《业余体育杂志》(Journal of Amateur Sport Volume Six, Issue One Wright 等,2020)向 133 名学生提供了各种奖励,他们获得了所有可能的奖杯。

足球是该项目关注的体育项目,但在讨论整体课程时,教练们更多地提到了 SEL 部分。一位来自 Sutton 的教练评论道:“该项目为 SEL 提供了一个组织良好的课程。很多学生需要这类课程,因为这有助于他们发展社交和情感技能。”另一位来自 Erickson 的教练甚至想知道,与 SEL 相关的期望是否过高。谈到学生的每周作业,他说,“有时学生很难填写作业的内容,我们也很难将 SEL 内容融入他们的日常生活。这对教练和孩子来说可能更简单,更可行。”然而,据他自己的一名学生说,他的作业日志是简单而常规的,“他给我们布置作业,然后在周四我们回来(分享)。这就像团队合作、人际关系和责任。”

节目总监和她的工作人员参与了整个赛季。在赛季开始前,他们会举办一个教练培训研讨会,分享项目理念,讨论日程安排等后勤问题,演示示范课程,并为教练(新来的和回来的)提供提问和分享见解的机会。他们在整个赛季进行沟通并提供持续的支持,包括两次实地考察训练课程。在赛季结束时,他们还在职业球队的室内练习场地组织了比赛日。

教练们感谢向他们提供的各种资源和支持。甚至当他们讨论出现的问题时,他们也能找出适合他们的资源。在他的采访中,一位来自 Erickson 的教练说:“我认为一些教练可能需要在课程方面更直接的帮助。[项目负责人]已经来我们学校帮助这个项目了。我认为联络可以帮助我们的教练提供支持。”Sutton 的一名教练解释说:“有时候,那周要教的技能很难理解……我上网查看了项目网站(寻求帮助),当我周六去看足球比赛时,我会和不同的教练交谈。”

与计划组织相关的优势被教练在他们的计划反馈调查中的回应所证实。所有 6 位教练都表示,他们对训练和比赛日的组织、项目工作人员的现场访问、项目工作人员的交流和参与、足球设备、教学资源和学生日志等项目非常满意或有些满意。

核心价值观

课程、培训、资源和支持加强了 SEL 发展的主要重点。项目主任报告说,理解和承诺推广 SEL 是选择和重新出版《业余体育第六卷》(Journal of Amateur Sport Volume Six, Issue One Wright,等,2020) 134 名教练的一个重要标准。教练们相应地描述了他们的教练理念和项目的核心价值。Erickson 的教练说,

教练需要有意识地确定目标。我告诉我的教练,这与输赢无关,而是与孩子们的社交和情感发展有关……足球应该是帮助孩子们生活的工具。

大多数教练都强调发展目标比竞争更重要。一位来自 Sutton 的教练说,我们的首要任务是打下基础,但更多的是通过指导他们做人,成为他们的榜样,在球场内外都要有良好的品格。我试着减少赢与输的心态,转向成长型心态。

各个网站的教练都以学生为中心,重视与学生建立关系。一位来自 Erickson

的教练说,

我真的很享受作为教练和导师的经历,我想给这些孩子一个机会。当这些孩子有问题需要支持时,他们可以去找他们的教练,教练可以去找他们的老师,给他们需要的支持,我很高兴。

教练经常根据学生的家庭和社区环境来讨论他们的需求。Thompson 的一位教练说:“我确实认为他们喜欢社交情绪,因为这对他们在学校、社区和家庭中都有帮助。” Erickson 的一位教练提到了该项目对一些学生的重要性,“尤其是在目前正在进行的移民事务中,拥有自己的归属是非常重要的。”最后,一位来自 Sutton 的教练解释道:

许多家长担心让孩子们在户外踢足球,因为附近会发生枪击和暴力事件。如果他们来自单亲家庭,他们很难去社区参加训练或比赛,因为他们的父母可能要工作,或者负担不起学费。

灵活的实现

尽管不同地点的教练对课程的解释和实施不尽相同,但有一个明确的项目文化,创造了一个持续积极的学习环境。正如 Thompson 的一位教练所说:

有些时候,我们对课程已经很熟悉了,所以我们会根据当时的需求对课程进行调整……(学生们)在学校待了一整天,只想玩得开心……他们(项目代表)对我们很灵活,让我们灵活地接受项目,但仍然包含 SEL。

采用系统观察的方法,对《业余运动学报》第 6 卷第一期 Wright 等人,2020 年的 135 项行为进行了记录。虽然变化存在网站,跨站点表 1 说明教练被广泛认为尊重行为建模为学生($M=3.59$, $SD=.73$),制定明确的预期($M=3.23$, $SD=.99$),并确保所有的学生都有机会获得成功($M=3.01$, $SD=1.02$)。在其余的策略中,更倾向于以赋权为基础,所有策略都在某种程度上被采用,最常见的是培养学生之间的社会互动($M=1.62$, $SD=1.05$)和让学生在项目中有选择和发言权($M=1.57$, $SD=1.40$)。

表 1 在各个项目地点观察到的教练策略的平均值和标准偏差

	<i>Erickson</i>	<i>Sutton</i>	<i>Thompson</i>	<i>Total</i>
Coaching strategy	<i>M (SD)</i>	<i>M (SD)</i>	<i>M (SD)</i>	<i>M (SD)</i>
Modeling Respect	3.14 (1.00)	3.74 (.44)	3.88 (.33)	3.59 (.73)
Setting Expectations	2.65 (1.31)	3.40 (.65)	3.65 (.60)	3.23 (.99)
Opportunities for Success	2.82 (1.28)	3.22 (.90)	2.94 (.81)	3.01 (1.02)
Fostering Social Interaction	1.04 (1.00)	1.90 (.99)	1.92 (.92)	1.62 (1.05)
Assigning Tasks	.20 (.60)	.45 (.90)	1.58 (1.05)	.71 (1.04)
Leadership	.20 (.63)	.48 (.96)	1.96 (1.18)	.84 (1.21)
Giving Choices and Voices	.69 (1.26)	1.22 (.94)	2.92 (.94)	1.57 (1.40)
Role in Assessment	.24 (.62)	.48 (.90)	.13 (.33)	.29 (.69)
Transfer	.37 (1.08)	.28 (.62)	1.23 (1.59)	.60 (1.20)

在学生行为方面(见表 2),学生最常被观察到参与($M=3.62$, $SD=.73$)、参与($M=3.42$, $SD=.85$)和展示尊重行为($M=3.36$, $SD=.80$)。与同伴合作($M=2.71$, $SD=1.15$)、鼓励他人($M=1.46$, $SD=.98$)、表达心声($M=1.48$, $SD=1.20$)等现象也较多。很少,但在某些情况下,观察到学生扮演领导角色($M=.99$, $SD=1.13$),帮助他人($M=.52$, $SD=.88$),寻求帮助($M=.20$, $SD=.42$)。总而言之,观察性数据表明,教练在提供项目时采用了类似的策略,学生参与了许多积极的行为和经历。这包括优势领域(例如,尊重的文化和高水平的参与)以及改进的机会(例如,增

加领导能力和其他授权经验)。

表2 跨项目站点观察到的学生行为的平均值和标准差

	<i>Erickson</i>	<i>Sutton</i>	<i>Thompson</i>	<i>Total</i>
Student behavior	<i>M (SD)</i>	<i>M (SD)</i>	<i>M (SD)</i>	<i>M (SD)</i>
Participation	3.45 (.88)	3.53 (.78)	3.90 (.31)	3.62 (.73)
Engagement	3.27 (.98)	3.31 (.90)	3.71 (.50)	3.42 (.85)
Showing Respect	3.08 (1.06)	3.45 (.63)	3.54 (.58)	3.36 (.80)
Cooperating with Peers	2.08 (1.26)	2.62 (.97)	3.50 (.68)	2.71 (1.15)
Encouraging Others	1.02 (.95)	1.31 (.94)	2.10 (.72)	1.46 (.98)
Helping Others	0.24 (.59)	0.29 (.56)	1.08 (1.16)	0.52 (.88)
Leading	0.45 (.78)	0.60 (.70)	2.02 (1.19)	0.99 (1.13)
Expressing Voice	0.82 (.93)	1.16 (.85)	2.56 (1.07)	1.48 (1.20)
Asking for Help	0.14 (.35)	0.19 (.44)	0.29 (.46)	0.20 (.42)

如表3所示,学生对他们在项目中的经历有积极的认知。总的来说,学生(n=51)同意他们的教练支持他们(96.1%),认为他们很重要(84.3%),期望他们尽力而为(94.1%),并充当积极的榜样(86.3%)。94.1%的学生报告说,他们在项目中感到有动力去做好(94.1%),他们自我感觉良好(86.3%)和安全(84.3%)。在同伴互动方面,88.2%的学生认为相处融洽,互相鼓励。对于自己在项目中的决策水平,74.5%的学生持肯定态度,但稍差一些。

发展中选取技巧

多个数据来源揭示了学生在该项目中学习了什么SEL,以及他们如何获得发展这些技能的机会。例如,在教练的反馈调查中,所有6位教练都强烈或在某种程度上同意,他们在训练和比赛期间看到了学生行为(社交和情感技能)的改善。所有教练都认为,该项目对学生的自我态度(如自信)有积极影响,并提高了学生的足球技能。

当被要求解释他们在与SEL相关的课程中学到什么时,学生们能够给出与足球相关的具体例子。Erickson的一名男学生分享道:“当你必须遵守规则时,体育精神才是真正的体育精神。”他的一位女队友提供了一个更具体的例子,她说:“如何领导别人变得更好。”比如,如果有人人在防守,他们的位置太高了,你可以让她再降一点。”Sutton的两个不同的学生分享了其他的例子。其中一位说,“为了自我控制,这是为了我,保持注意力,比如不要炫耀。”不要刻薄,也不要说对方的坏话。”另一位补充道:“如果另一个队的球员摔倒或受伤了——今天有人受伤了,我帮助了她;它让我感觉更好,因为它帮助我成为一个更好的人。”另一位来自Sutton的女学生反映了这个项目的核心价值观,她说:

我学会了体育精神,学会了如何在团队中做一个好人。你应该善良。其他球员在支持你,帮助你变得更好。这关乎帮助,而不仅仅关乎胜利。有一次,在一场足球比赛中,我摔倒了,但后来所有人都停止了比赛,我的队友把我扶了起来。

教练们使用了一系列的策略将SEL的课程融入到足球体验中。一位来自Thompson的教练描述了几个在足球中整合SEL能力的例子:

每一次实践我们都做领导。一旦我们开始练习,我们就让学生带头练习。一开始,没有人愿意参与,每个人都很害羞,但随着我们进一步发展,我们看到了更多的领导者。每当我们准备做足球训练时,我们会让学生们帮我们拿出球和球果,为比赛做好准备,这有助于他们学习责任。每当我们进行训练或开会/聚在一起时,我们会问他们对今天的练习有什么喜欢的,你不喜欢什么,还有什么可

以做得更好?

讨论和汇报是该项目的核心方法,以帮助学生学习 SEL 术语和概念,并理解它们在足球中的应用。Sutton 的一位教练描述了她如何利用同伴的支持和领导来促进这个学习过程:

在活动结束时,我会问学生他们觉得什么困难,为什么困难。然后我针对那些回答简单的人,请他们帮助他们的队友描述是什么让他们成功,以及他们如何才能更成功。这真的能培养关爱的心态,帮助他们意识到他们可以从同龄人身上汲取积极和力量。

转变的迹象

教练扩展小组讨论以促进转会。Thompson 的一位教练解释道:

一开始我们总是有小组时间,即使只有五分钟。我们会讨论他们如何在家里使用这些技能,并询问他们是否在课堂上使用这些技能。我们总是问他们的一天,老师和家庭作业等,他们可以做得更好或改变。

一些教练提到了与其他教练、学生和课堂老师的对话,内容是关于学生如何培养自信、克服害羞,以及在家里和课堂上应用该项目的课程。在他们的反馈调查中,所有 6 位教练都表示,该项目似乎增强了学生上学的动机。六人中有五人强烈同意或在某种程度上同意该项目帮助他们的学生改善了他们在课堂上的行为。有人说,他对此并不确定,既不同意也不同意。

表 4 总结了学生在反馈调查中给出的肯定回答的百分比,该调查要求学生表明他们在多大程度上同意该项目帮助他们提高一系列技能。虽然三个站点的模式略有不同,但总体上最积极的回答(n=51)与在学校里做到最好(94.1%)、成为好学生(94.1%)和做出好选择(94.1%)有关。得到最少肯定回答的项目是在沮丧时保持冷静(76.5%)。

学校是最常见的转变环境。许多有关改善课堂行为的例子都围绕着尊重。Sutton 的一位教练说,“一些学生表现出了变化,无论是从太不尊重到有些不尊重,但至少,变化是存在的。我们也看到了对长者的尊重,这是学生们面临的一个大问题,因为他们认为老师不喜欢他们。”一个来自 Sutton 的学生分享了这个例子,“如果[其他学生]没有听,只要告诉他们,‘嘿,你必须听并尊重他们。’就像在艺术领域,我们有一些不尊重老师的学生,所以告诉他们这一点很重要。”这个例子不仅表明了尊重概念的转变,也表明了领导力的转变。

表 4 关于学习生活技能的积极反馈百分比(n = 51)^b

Item	Erickson (n=18)	Sutton (n=13)	Thompson (n=20)	Total (n=51)
To make good choices	94.4%	92.3%	95.0%	94.1%
To stay calm when I am upset.	88.9%	76.9%	65.0%	76.5%
To get along well with my family.	88.9%	76.9%	70.0%	78.4%
To talk with my family about things I am doing at school.	88.9%	61.5%	90.0%	82.4%
To do my best in school.	100.0%	84.6%	95.0%	94.1%
To get along well with my teachers.	94.4%	100.0%	85.0%	92.2%
To get along well with other students.	94.4%	100.0%	80.0%	90.2%
To be a good student.	100.0%	92.3%	90.0%	94.1%

^b注:从 5 分评分表中得到的积极回应是“同意”和“非常同意”

除了积极的行为外,学校转变的例子也与家庭作业和学习等学术任务的责任增加有关。正如一名来自埃里克森的学生所说,“我在课堂上使用它,做老师的好听众,负责任,做作业。”一位来自 Erickson 的教练提供了一个学生发展足球技能并将其转变到学校的例子:

一些学生希望为自己的职位负责,努力工作。他们看到了需要改进和练习的

地方，每天都在做这些事情。然后他们用同样的策略来帮助他们在课堂上和学习考试。

学生们还发现了将项目中的 SEL 课程与他们的家庭和家庭生活联系起来的方法。一位来自埃里克森的教练说：“我们让家长们分享了学生们在家里是如何承担责任的。他们知道自己作为儿子和女儿的责任，可以是做家务或照顾弟弟妹妹，这些事情都很明显。” Sutton 的一位教练写道：

很多学生反映，他们在没有父母要求的情况下打扫自己的房间，并且会提醒自己的兄弟姐妹做同样的事情。一个学生确保她能完成作业，这样她就能出去踢足球了。这就是我听到的故事，他们会开始自己做一些事情，而不用别人告诉他们。

除了帮助更多的人做家务和承担任务，学生们还分享了领导能力和帮助他人的例子，尤其是与他们的兄弟姐妹。Erickson 的一名学生分享道：“有时候，当我妈妈和姐姐在做作业，需要帮助时，我会试着帮助他们。” 另一名同样来自 Erickson 的学生主动提出：“在家里，有时我的兄弟们不按我妈妈说的做，所以我让他们去做。” 最后，一位来自 Thompson 的学生说：

在家里，我想尽我所能成为一个更好的儿子。我会照顾我的姐妹和妈妈，做家务，听父母的话，做他们让我做的任何事。做作业要有责任感。

就像在课堂上宣称的进步一样，教练们对把所有这些传闻都归因到这个项目上持谨慎态度。

讨论

本研究的目的是探讨一个旨在促进 SEL 的课外足球项目的实施和感知效益。这个评估的第一个目的是确定和描述该计划的基本特征。这一目标是通过收集多个数据源和整合多个视角(例如，教练、学生、项目主管)来提供从计划到实施的项目详细描述来实现的。结果表明，该计划是全面和有效的组织。文献中推荐的许多项目实施的最佳实践在该项目中得到了确认，包括教练的招募、选拔和培训程序，以及广泛的项目材料和持续的支持(Durlak 和 Dupre, 2008; Dusenbury 等人, 2003; Petitpas 等人, 2005)。项目完整性和感知质量之间的对应关系与其他 SBYD 研究中看到的相似(Gordon, Jacobs, 和 Wright, 2016; Jacobs, Lawson, Ivy 和 Richards, 2017; Wright 等人, 2010)。

研究的第二个目的是了解该项目是如何跨站点实施的。这一目标是通过在每个场址收集足够深度和一致性的执行数据来实现的，以促进各场址之间的对比和比较。正如许多作者所指出的，(Petitpas 等, 2005; Weiss 等, 2014)，对于多站点 SBYD 项目来说，在实施过程中保持保真度是一个特别的挑战。在这种情况下，通过培训和持续的支持，一个清晰的项目文化和核心价值观得到了推广，这使得教练能够在灵活性和一致性的有效平衡下实施项目。跨案例比较显示，观察到的行为和参与者对感知利益的评分略有差异，然而，与其他跨案例比较相比，该多案例研究显示了更多的一致性(Wright 和 Irwin, 2018; Wright, Jacobs, Howell 和 Ressler, 2018)。系统观察的结果表明，尽管基于赋权的策略被使用的程度较低，教练使用的许多策略在质量的 SBYD 项目中是基本的。

本研究的第三个目的是检查如何感知利益可能联系到实施策略。从直接观察和访谈中收集的数据对实现这一目标至关重要。正如 SBYD 文献中所推荐的那样，数据表明该项目在创造一个安全、积极的学习环境方面是有效的，在这个环境中，学生们发展了运动技能以及个人和社会技能(Petitpas 等, 2005)。社交和情感

能力是由教练有意提出的,并且似乎被项目设置中的学生理解、重视和表现出来。参与者认为该项目对学生在课堂上(如努力和目标设定)和在家里(如责任和帮助)有积极的影响,正如之前的研究报告(Gordon, Jacobs, 和 Wright, 2016; Jacobs, Lawson, Ivy 和 Richards, 2017; Martinek, Schilling 和 Johnson, 2001; Walsh, Ozaeta 和 Wright, 2010)。

最后,数据支持 Jacobs 和 Wright (2018)提出的 transfer 模型的三个组成部分,即经验价值、感知扩展和动机性使用。SBYD 项目的其他研究中,生活技能学习和转变,学习似乎是连接到有意的指导策略(例如,讨论、汇报和航海日志)持续使用跨站点以及程序的共同文化和核心价值观(Gordon, Jacobs, 和 Wright, 2016; Jacobs, Lawson, Ivy 和 Richards, 2017; Martinek, Schilling 和 Johnson, 2001; Walsh, Ozaeta 和 Wright, 2010; Wright, Li, Ding 和 Pickering, 2010)。这些战略也符合明确促进转变的建议(helison, 2011; Jacobs 和 Wright, 2018)。

有人指出,SEL 和积极的青年发展框架有很大重叠(Taylor 等, 2017)。虽然在这些项目中培养的个人和社会技能对所有学生都有益,但它们提高了学生在边缘化社区成长和在充满挑战和种族不平等的城市学校上学的相关性(fischer 和 Kitzman, 2009; Jonathan 和 Duncan, 2010; Kozol, 2012)。与 Gordon 及其同事(2016)报告的结果相似,当前的项目评估结果表明 SEL 能力可以与 SBYD 项目目标和活动相一致。Wright (2017)提出了 TARE 工具对具体教学策略和学生行为的评估(Escartí等, 2015; Wright 和 Craig, 2011)在确定 SBYD 项目中发生了哪些类型的青年发展经历方面是有用的。目前的结果表明,即使在积极和有效运行的 SBYD 项目中,也经常有空间注入更多的授权学生的经历(helison, 2011)。

本文提出的研究结果与之前关于个人和社会发展项目的结果与实施之间的联系报告相一致(Durlak 和 Dupree, 2008; Dusenbury 等, 2003)。许多基于 SBYD 专家指导的单点项目数据的研究支持了这一观点(Gordon 等, 2016; Martinek, Schilling, 和 Johnson, 2001; Walsh, Ozaeta 和 Wright, 2011)。正如 Petitpas 等人(2005)所指出的,在多点社区项目中,兼顾项目质量和一致的实施是一项挑战。这个项目由一个大城市的专业运动队的慈善机构支持,每年在多个地点开展,并由当地教师担任工作。因此,这项研究的结果与在美国各地城市运营的多地点项目有直接关联,特别是那些为来自种族和少数民族群体的学生服务的项目,这些学生在学术成就方面与系统的不平等现象作斗争(fischer 和 Kitzman, 2009; Goldsmith, 2004; Gregory, Skiba 和 Noguera, 2010; Reardon 和 Galdino, 2009)以及学校气候和纪律行动(民权办公室, 2016, 2018)。这个评估强调了实际的策略和组织结构,这些策略和组织结构似乎支持在这些项目之间的灵活性和一致性的有效平衡。

目前的研究有几个局限性,可以在未来的研究中加以解决。我们有目的地选择了三个已知的表示强大执行的站点。因此,这些案例并没有揭示实施方面的障碍和挑战。未来的研究可能会调查更多的站点,代表更广泛的实施范围。这些研究中的样本应该在种族、民族和性别方面代表更大程度的多样性,因为目前的青年样本为 84.3%的男性和 100%的西班牙裔。虽然教练和学生的数据足以理解项目的经验和立即的看法,但其他利益相关者,如家长和课堂教师,应该作为参与者参与未来的研究。虽然课堂教师可以直接在学校环境中与转变人员交谈,但家长将有权讨论学习成绩和转变到家庭和社区环境。与之前的研究一致,学校确实是 SBYD 项目中最常见的转变地点(Walsh, Ozaeta 和 Wright, 2010; Wright, Li, Ding 和 Pickering, 2010)。虽然我们并不认为提高学术成就是 SBYD 项目的主要

目标或唯一有意义的转变措施，但它是一个高度有价值的结果，并且与 SEL 项目相联系(Durlak 等, 2011; Taylor 等, 2017)。因此，对这一主题感兴趣的未来研究应该分析学生水平的学业成果的变化，并与对照组进行比较，以便评估效应大小。

总之，当前的研究详细描述了城市环境中的多场地项目，反映了 SBYD 文献中推荐的许多最佳实践(Petitpas 等, 2005; Weiss 等, 2014)。该项目侧重于提升 SEL 能力，这些能力已被证明在许多方面对青年有益(Durlak 等, 2011; Taylor 等, 2017)。结果表明，通过 SBYD 编程可以有效地促进 SEL 的发展，教练和学生认为 SEL 与运动经验的融合带来了许多好处。与文献和我们的概念框架相一致的是，有意促进转学的方法似乎有助于学生在学校和家庭环境中理解、重视和应用 SEL 能力。

美国足球教练员最佳训练课程（十一）

Best Practices for Coaching Soccer in the United States

来源:美国足协官网

译者:段林涛 研究生院 19 级

有一件事是肯定的:你的球员处理球越熟练,他们和你就可以更快、更轻松地在他们的训练和比赛中加入新的技能和战术概念。

◆ 关于比赛中发生的一些情况概述:

尽管 13-14 岁的孩子开始慢慢成人,但是他们和真正的成年人还是有一定区别。球员仍然需要继续着重提升个人技术和小组配合。这些方面可以从比赛本身得到提高。找到重点的训练主题——结合在一起并加以技巧完成——叠加起来就是成功的足球。组织形式上应该有一些变化,但重点应该更多地放在小场地的团队配合上,即后卫之间如何配合或后卫如何与中场配合,或者球员如何在 3-4 秒内实行就地反抢。比赛仍然是这些球员提升他们比赛能力的地方。场上的错误应该及时发现而不是忽略。这不应该是他们在比赛中“害怕”或“担心”的地方。教练应该鼓励主要的训练主题,例如与球队其他队员保持呼应,以及更集中的想法,例如鼓励球员找到超越对手的方法——无论是个人还是团队。例如,在指定的比赛日里,教练可以记录队员成功传球次数,或记录送入禁区威胁球的次数,并给予鼓励。教练甚至可以在比赛结束后根据他们赢得比赛的次数来激励球队。在某些时候,随着球员在这些比赛中小区域表现变得更好,胜利也就变得水到渠成。

比赛是球员提高的重要手段(兴趣、球技、观察力和身体素质),但不是目标。在这方面,比赛的实用性可以以多种不同的形式出现,从 4 v 4 到全场对抗。即使在高水平比赛上,比赛仍然提供了成长的机会,但是兴趣、球技、观察力和身体素质和比赛结果等因素之间的平衡权重更倾向于全场比赛。

◆ 关于球队会议的讨论:

球队会议,尤其在 14 岁这个年龄段,可以作为一个帮助球员建立责任感、归属感以及自身发展的有效工具。

通常,青少年球队的采取集体对话的形式。教练应注意不要将这种学习机会变成单向讨论。只要球员对这个话题感兴趣,他们就会保持参与和专注。让他们倾听和学习的一个好方法是让他们参与对话。

通过这种方法,会议变成了公开讨论,教练们提出关于当天、比赛或训练课的问题,看看球员有什么想法或意见。有时教练的问题涉及防守原则、进攻原则、进球方式或对抗方法等。

开始讨论的一些问题可能包括:如何成为一名优秀的球员?如果我们重新踢这场比赛,我们会做些什么不同的事情?教练可以让球员谈谈谁踢得好,对两支球队来说。我们为什么或如何执行我们的比赛计划?我们打好“我们的比赛”的实力怎么样?是什么影响了我们进行比赛发挥的能力?等等。

这些会议的目的是鼓励球员进行思考和反思,而不是仅仅告诉他们应该在比赛中做什么以及怎么做。相反,这是一个机会,通过讨论球员开始从不同的角度

上去看待比赛，你可以把你在比赛中不同时间段的感受说出来等等。在我们与球员互动的各个方面中，教练的目标是让他们做好成为优秀的足球运动员的准备。这一目标的一个重要方面是帮助球员在场上进行独立思考。允许他们并帮助他们批判性地思考，比赛是这个过程中至关重要的一步。当比赛中实际涉及到团队时，团队会议可以帮助推进球员进一步去独立思考。

◆ 该年龄段球员的教练员所需具备的素质：

U-14 教练应该牢牢把握好青少年的比赛。他们应该具备创造力和独立思考能力。同时，他们应该能够以清晰简单的方式向球员传达小组和团队的训练主题。

教练级别的要求：至少“B”级或更高级别。

◆ 每个赛季比赛的次数：

一年内至少代表俱乐部参加 30 场比赛

每场比赛之间要保证 2-3 次的训练课

球员每周需要有两天的休息时间

还可以参加一些州级别和地区级别的杯赛

不参加全国级别的比赛

◆ 有组织安排强制性休息

球员应该从有计划的赛季中安排休息时间，其中包括每年至少一次的长假期休息时间。

◆ 外出比赛

可以适当为球员提供外出在本地区内的友谊赛。

◆ 锦标赛，足球节，等

允许球员参加州和地区级别的比赛。理想情况下，三场比赛应在五天内进行，以便在每场比赛之间有一天的休息和恢复时间。至少，三场比赛应该在四天的时间内进行，以保证在第二场和第三场比赛之间有一天的休息和恢复时间。

只有好技术还不够

原作者：朗·韦德迈尔

译者：雷旭 研究生部 20 级

有好几次，我听到前美国国家队教练布鲁斯·阿雷纳（Bruce Arena）和阿普里·海因里希斯（April Heinrichs）提到，我们新兴的青年球员，无论是男孩还是女孩，最大的问题之一就是他们没有能力在压力下有效地打球。球员的技术在压力下出现故障，他们的比赛速度不够快，也不够准确，无法在高水平比赛中创造流动。这就提出了一个问题：“什么是青年教练的角色和责任教学技术，可以带来更好的比赛速度和发展？更有创造力和技能的球员？”

我们不断向年轻球员宣扬“技术，技术，技术”，但教练真的帮助他们在压力下发展高效的技术吗？还是我们不断为他们设置不切实际的情况？

以“Coerver Craze”为例。快速的步法很棒；我一直和我的球员一起做。但是教练在什么情况下训练他们的球员使用这些技术技能？我们是否让他们对幻影防守者采取行动？当他们面对一个真正的现场防守者以不同的速度或不同的角度或场地的不同部分向他们袭来时会发生什么？我们是否足以帮助准备和培养我们的球员来应对这些类型的情况？通常，穿着没有战术背景的技术重复。

教练在训练技术方面的责任是什么？责任分三点：

- 为玩家提供自己练习的工具
- 在训练课程中反复将球员置于压力环境中，以及
- 强调比赛中的重要教练要点。

定义技术和技能技术是一种机制身体自我调节以完成一个客观的。如果目标是传球 15 码 toateammate，大脑通知身体操纵自己以便将球踢入那个方向。身体如何适应需求决定了技术的好坏，而大脑解释线索的速度和发送到肌肉的信息决定了播放速度。技术越好，效果越好球会去我们想要的地方的可能性以及我们希望它如何播放。那么技术和技能有什么区别技能？已故的迈克·贝尔蒂切利（Mike Berticelli）对我的启发（前 NSCAA 教练主任）在我的第一个 NSCAA 国家课程，技术是解决问题背后的机制和技巧能够解决问题而不管力学。技能基本上是完成工作没有不管它看起来如何。但有了更好的技术，提高玩家的成功率。在教练学校的早期阶段，我们教青年教练关于他们的进步培训课程。第一个进展技术会议被称为基础会议。这是将玩家置于一个环境中他们在没有初始的情况下接受了很多重复压力。然后逐渐增加压力，从球员的成功率来看，大部分教练还是按照这种形式组织技术训练。我的提议是利用这些想法来帮助球员在团队训练课程之外开始自己练习。青年教练需要指导球员如何有效地进行自我训练。大多数教练会给我们的青年球员“作业”以在训练课之间进行练习，这是一个良好的开端。问题是如何让这些玩家在有很多其他想做的事情的情况下进行真正的自我训练。教练必须与任天堂竞争、生日派对、其他运动、看电视——这个名单不胜枚举。我看到的唯一真正的方法是不断向球员和他们的父母强调球的重要性。那些自己练习的人自然会更有动力，并且随着他们的发展速度更快，他们通常会成为最好的球员。

其余的是教练必须在自我发展方面激励的球员。教练可以让他们的球员自己练习无限数量的练习——从 Coerver 技术到撞墙到杂耍等等。但是还是有问题。

区域 IIDOC 的汤姆·特纳 (Tom Turner) 谈到了一个区域营地的一名女孩, 她拥有令人难以置信的技术能力。这位年轻球员可以永远玩杂耍, 并且 Coerver 的动作比营地中的任何人都快, 但在场上却表现不佳。在这里, 教练的角色必须出现, 以将这些球员置于他们的技术能力处于压力之下的环境中。如果他们在更具挑战性的环境中取得成功, 他们会将每项技术转化为熟练的发挥。

评估技术进步

教练如何评价球员的技术进步? 教练可以测试他们在 1 分钟内执行了多少 Coerver 动作, 在 2 分钟内有多少杂耍, 10 次投掷中有多少正确接球, 等等。但这一切需要太多的练习时间, 尽管这样的测试可能是一种有价值的场外工作的自我测试机制。这种测试是定量的, 而不是定性的。

教练的职责是创造一个让球员承受直接压力的环境。教练的作用是帮助球员理解提示, 使他们能够在类似比赛的情况下应用适当的技术。我们总是听说没有技术就没有战术。好吧, 没有战术就没有技术。正确技术的使用来自压力情况下的决策能力。这将有助于提高游戏速度, 同时还可以实现更高水平的技术能力, 但都在游戏环境中。

示例练习

这方面的一个例子是, 如果教练有一群 U-10 并且想要提高他们的传球能力。如果教练在赛季初教他们如何练习自己的传球, 那么到了练习时间他们就不必排队练习该技术了。也许热身可能会有一些小组排线练习(来回传球和交换线位等), 但会话可能会移动直接进入 5 对 2 游戏进行热身, 他们在某种类型的初始压力下通过。

在这种情况下, 教练可以帮助球员理解传球重量、欺骗等技术上的细微差别, 这些都是导致传球技术成功的决定。

这必须发展成一种更像游戏的情况, 在这种情况下, 球员可以自由移动和自由决策。然后在整个比赛中不断强调导致使用这些技术的提示的技术方面。

这里的一个关键点是仍然保持较小的数字, 尤其是对于年轻球员。在 4v4 两场比赛的情况下, 玩家无法隐藏, 更经常被迫陷入压力的情况。所以现在得到了一遍遍重复使用不同技术的重复。玩家也处于这样的环境中, 在这种环境中, 他们不断根据游戏中的线索做出选择。这必须发展成更大的比赛, 具体取决于年龄组, 以便更多的技术能力发挥作用, 例如长传、传中等。

玩游戏

但是, 当比赛时间到了, 教练们会怎么做呢? 对于 U-12 及以下的年轻球员来说, 最好为他们的比赛设定不同的目标, 而不是获胜和得分。连续或所有人使用外侧的已完成传球的设定目标脚传球至少一次或每一次在课程期间碎球一次游戏等在设定这些目标, 教练可以强调在游戏中使用技术大气层。当技术分解时一个球员, 教练可以做出决定无论是简单的机械错误还是决定使用这种技术是不正确的一个用于这种情况。希望玩家有已经确定了问题所在。它是在游戏环境中, 玩家在最大的执行压力下, 即教练可以评估他们的训练情况方案。已经为他们做好了准备。在评估其时性能, 教练应该做一些笔记在不同的情况下可以重新创建训练环境, 帮助球员做好准备了解技术线索。示例将如果教练一直强调通过一段时间的团队培训课程, 但意识到球队在球上很弱, 那么投篮可能是后续的训练。

解决问题

在回顾了技术培训方法论之后，我们仍然面临两个真正的问题：

- 我们如何让玩家练习并提高他们的技术能力，以便他们足够熟练地将他们投入到游戏中？

- 作为教练，我们如何学习和理解如何让球员将技术与战术完美结合？

有不同的方法来回答这些问题。第一个取决于个人教练。只有你作为教练才能决定什么会激发你的球员走出去，并在他们自己的身上练习。也许你有他们一直为年轻人的玩家提供记录或回报系统，或者给父母家庭作业表。但总而言之，那些更有灵感和敬业的球员（即使在那个年龄）想要练习自己的，想要变得更好。最终的考验是他们在压力下的表现。随着这些球员的进步，很可能是那些有动力的球员，他们将发展得最快，进入更高的足球水平。你的工作与你的球员一起尝试和激励他们所有人，但也要培养那些真正有欲望的人。

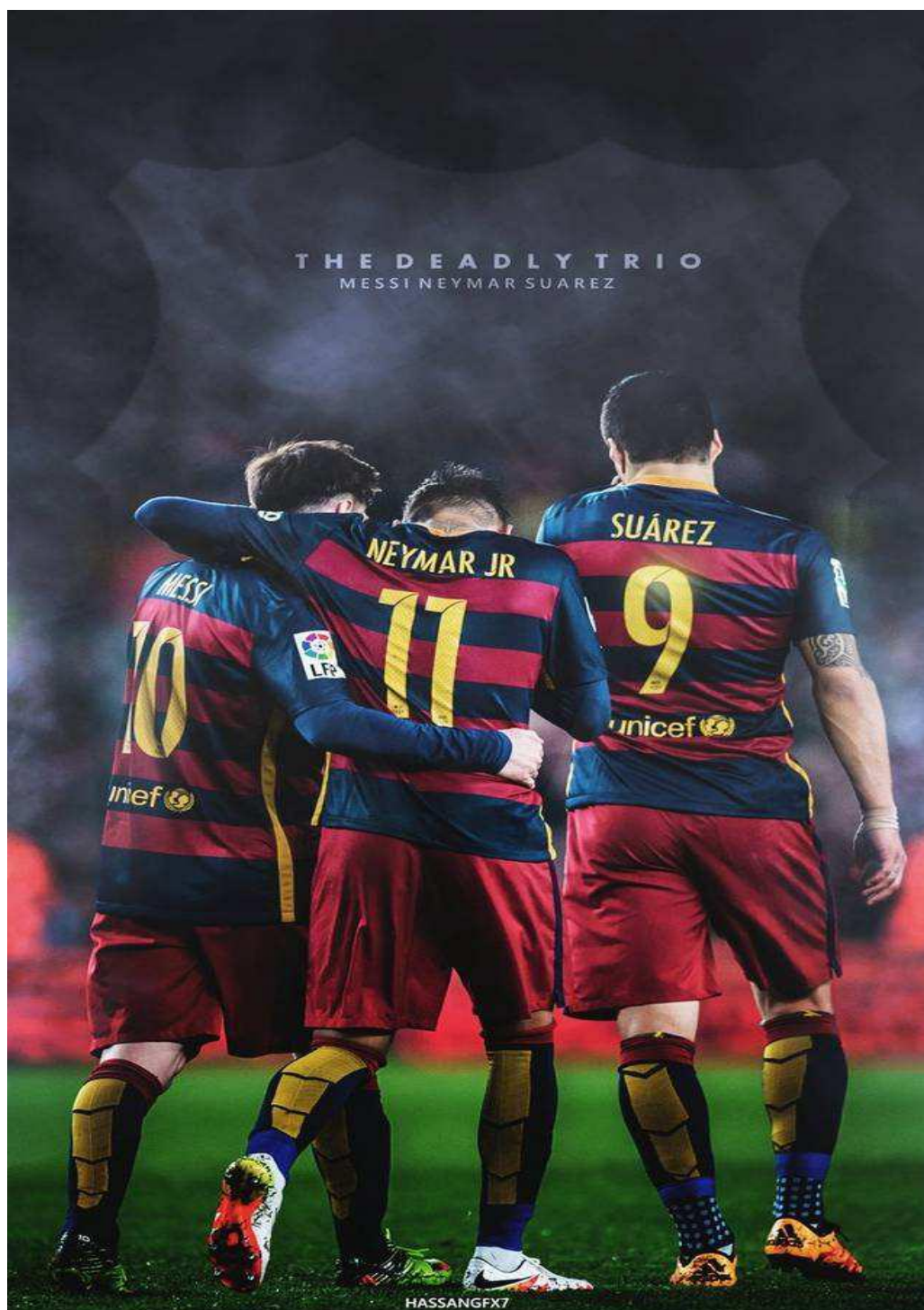
至于第二个问题，如果你正在阅读这篇文章，那么你就是那种也会放弃他/她自己的教练。你已经迈出了重要的一步，只是成为 NSCAA 的成员并阅读了该杂志。另一种方法是参加辅导课程。

此外，尽可能多地观看和评估各个级别的比赛是增强知识的好方法。通过观看 anMLS 或 WUSAGame 在电视上，人们可以学习如何，为什么玩家通过使用他们的技术能力成功。教练还必须观看其他与他/她自己的教练水平相同或略高于他/她自己的教练水平的比赛，以了解其他球员如何处理比赛速度问题。这不仅是为了教练。玩家还可以通过观察其他玩家或尝试模仿他们来学习很多东西。

结论

技术的教学非常重要。但是没有游戏应用的技术是毫无价值的。玩家必须具备与战术技术相匹配的能力，才能在比赛中取得更大的成功。如果个人对游戏没有影响，则可以玩弄 3,000 时间的玩家无效。青年队教练有责任帮助激励球员在常规球队训练课程之外努力学习足球的基本原理。对于教练来说，创造一个训练环境也很重要，在这个环境中，在类似比赛的情况下教授重复应用技术。话虽如此，玩家应该始终被鼓励自己集体比赛。他们在游戏中学到的东西最多。

“有创造力，技术娴熟的球员将响应环境而发展，技术和战术意识共同发展，”汤姆特纳说。在游戏中，而不是不断设置停滞不前的演习，更不用说为玩家带来更多乐趣了吗？通过扩大球员自己训练技术所花费的时间，教练有更好的机会取得这样的成绩。



（**声明：**本内部刊物重在分享，内容来自网络，对所包含内容的准确性、可靠性或者完整性不提供任何明示或暗示，仅供参考借鉴使用，版权属于作者，如有侵权烦请联系删除。）