

高尔夫草坪质量对球手击球心理的影响研究

费 凌, 刘 恺, 陈雨珊

(吉林大学 珠海学院, 广东 珠海 519041)

摘 要: 通过对200名高尔夫球手进行问卷调查发现对不同技术水平的球手而言, 球场各功能区上的草坪影响其击球心理的质量因素各不相同, 得出不同定位的球场在草坪管理上应迎合其目标客户的心理需求, 尽量消除草坪质量对球手击球心理的消极影响。

关键词: 高尔夫球场; 草坪质量; 击球心理

中图分类号: S 688.4 **文献标识码:** A **文章编号:** 1001-0009(2009)03-0211-03

草坪是任何球会赖以生存的基础, 是生存竞争的资本^[1]。喜爱高尔夫运动的人士, 不论是职业球手还是业余爱好者, 一谈起某个球场首先说的就是该球场的草坪质量如何, 可见草坪质量已成为评价一个高尔夫球场是否为优质球场的重要因素之一。近几年国内举办的高尔夫赛事如职业公开赛、业余公开赛、俱乐部联赛等越来越多, 高尔夫球手的技术水平也在不断提高, 在球技差距逐渐减小的情况下, 谁能在比赛中保持优良的竞技状态则成为取胜的关键, 而球场草坪在球员击球过程中所起到的作用不可小觑, 在球手选杆、瞄线、站位、确定落点、挥杆幅度等完成一次击球的过程中无时无刻不受到草坪质量的影响。球场草坪直接或间接地在击球之前和击球中影响着球手的心理状态, 从而影响球手的击球效果。所以, 研究草坪质量对球手击球心理的影响极具意义, 可帮助球场管理者针对自身球场定位和目标客户的心理需求, 对球场草坪进行有侧重的养护, 在比赛中尽量消除草坪质量对球手击球心理的消极影响。

1 研究对象与研究方法

1.1 研究对象

调查了200名不同技术水平的高尔夫球手, 包括来自国内外的职业球手、业余球手、俱乐部教练及球队队员、高校高尔夫专业球技专项教师等, 打球年限均在5 a以上, 有些球手甚至达到20 a。按最近5场18洞比赛的成绩将调查对象分为80杆以下、80~100杆之间、100杆以上三个档次, 即高水平球手、中等水平球手、低水平球手, 其中高水平球手51名、中等水平球手106名、低水平球手43名。

1.2 研究方法

采用问卷调查, 调查球手认为球场各功能区的草坪

哪一方面的质量因素最能影响其击球心理。共发出问卷200份, 回收200份, 有效率100%。用Excel对问卷结果进行数据分析处理。

2 研究结果与分析

2.1 球手心理状态研究

球手在比赛中的最佳心理状态是一种愉快、顺畅自如的、积极的心态, 不仅包含内在的心理体验, 同时也伴随各种行为表现, 一般称为流畅心理状态, 与球手能否获得优异的成绩密切相关。处于流畅心理状态的球手各组织器官发挥出最佳水平, 已完全投入到比赛中, 只关注自己的技术动作的完成, 能够做出平时训练中不能做出的动作, 而不去关注自己比赛的成绩^[2-3]。

孙延林等人研究发现运动员在出现流畅心理状态时具有9个特征^[4], 对这9个特征的分析可知其中至少有3个特征如具有清晰的反馈、全神贯注于当前的任务、享受的体验等都与比赛环境相关, 而在促进运动员流畅心理状态的出现的9个条件中也有3个条件如比赛感觉良好、注意力集中、有最佳的环境条件和场地有密切的关系。

高尔夫运动是一项特殊的运动, 因为每一次的比赛都是在一个独一无二的球场中举行, 对手的强弱、球场的设计难度、草坪质量, 甚至当地的天气状况都能影响球手在比赛中能否保持流畅的心理状态, 发挥出色取得优异的成绩。对球手而言, 草坪质量对其击球质量的影响是显而易见的, 技术再好心理素质再过硬的球手, 都会对草坪质量有所顾忌。一个优美的球场环境可以给球手一个愉悦的心情, 好的心情自然可以让球手正常甚至超常发挥。身心的放松是高尔夫的精髓, 因为高尔夫在成为竞技运动之前它首先是愉悦身心的游戏, 这种身心的愉悦不光来自游戏本身, 还在于它周围的环境。如果球手心理状态不稳定或情绪低落, 那么场地优劣即草坪质量的高低对球手的影响就更大, 草坪管理欠佳造成整个球场草坪秃斑多, 杂草丛生, 或者草修剪高度过高、

第一作者简介: 费凌(1980), 女, 硕士, 助教, 主要从事高尔夫草坪教学与研究。E-mail: 13631229460@139.com。

收稿日期: 2008-10-10

叶色不正常等都有可能影响球手的心理状态,而优秀的草坪质量能促进球手集中注意力,全神贯注于比赛本身,保证球手对比赛有良好的感觉,从而流畅击球。

2.2 叶色是影响球手击球心理的草坪质量因素之一

高尔夫球场中铺设草坪的区域有发球台、球道、果岭、长草区,由于在高尔夫比赛中的功能不同,各功能区的草坪质量对球手产生较大心理影响的方面也相应不同。高尔夫球场的主色调为绿色,但各功能区栽植的草种各异、草坪的修剪高度和修剪方向的不同,形成了整个球场高低错落,呈现出层次鲜明的浅绿、中绿和深绿等。有研究发现明亮的浅绿色给人以柔软感,深绿色给人以坚固感,对不同技术水平的球手而言,对草坪叶色的差异会产生不同的情绪,从而引起心境发生变化,进而导致不同球手的心理状态的改变。如初学者较喜欢接近自然的浅绿,而业余球手和职业球手则偏爱代表高质量草坪的深绿。由此可见,叶色是影响球手击球心理非常重要的一个方面。

2.3 发球台草坪对球手击球心理影响分析

发球台草坪质量标准是光滑度、稳固度、密度、均一性、韧性及修剪高度^[5],球手在发球台上一般都会用球梯架球后再击向球道,通常不会在发球台上击下一杆,草坪是否光滑不会对开球造成影响,相应地对球手的击球心理也不会有影响,因此该研究将叶色取代光滑度,成为发球台影响球手击球心理的草坪质量因素之一。发球台的草坪质量对球手击球心理影响的调查结果见表1。从表1可知,无论水平高低的球手在发球台上最在乎均一性的高低,即有无秃斑和杂草,是平整均一还是杂乱,占到了调查对象的44%。均一性高的草坪具有整齐的线条,可给球手安定感,同时从一个球洞的起始就向球手暗示这是一个管理严格,养护水平高的球场,能让球手信任场地,专心投入到比赛中。叶色和密度同样能影响球手的心情,一个平整而嫩绿的场地,让球手可以得到最佳的视觉美感和流畅的挥杆之乐。低水平的选手除了在意均一性之外,还易受叶色和稳固度的影响,因为低水平球手克服杂念、调整状态的能力不如高水平选手,更易受外界环境的影响,坪床高低不平或坚实度欠佳的发球台会导致低水平球手更多地去注意站位而分散精力,但高水平的球手在这一点上可以通过自己的经验和技巧克服,所以不会在这方面花费太多注意力。

表1 发球台草坪质量对球手击球心理影响

球手水平	质量标准					
	稳固度	密度	叶色	均一性	韧性	修剪高度
高	4	9	9	27	2	0
中	13	15	21	46	8	3
低	10	6	9	15	1	2
合计	27	30	39	88	11	5

2.4 球道草坪对球手击球心理影响分析

球手在球道上击球攻向果岭,球道草坪质量标准是密度、均一性、光滑度、弹性^[5],加上叶色构成了影响球手击球心理的全部因素。球道草坪质量对球手击球心理影响的调查结果见表2。

表2 球道草坪质量对球手击球心理影响

球手水平	质量标准				
	光滑度	密度	叶色	均一性	弹性
高	2	5	17	20	7
中	4	26	18	40	18
低	4	14	9	15	1
合计	10	45	44	75	26

在比赛中球手在球道上常常要走很远的路,在球道上待的时间较长,所以草坪的均一性仍然是影响球手心理最重要的一个因素,占全部调查对象的37%,虽然球道的光滑度能影响球的滚动,但这并不对球手的下一次击球造成大的影响,所以对球手的心理影响最小。除此之外,不同技术水平的球手在其他几个方面的关注度各不相同,高水平球手由于具有丰富的打球经验和专业知识,明白浅绿色并不是最佳草质的代表,偏黄的叶色会影响其追求完美的心情,在调查中也发现高水平球手大多都喜欢感觉坚固的深绿色,或许是因为深绿色与白色的高尔夫球色差最大,更易追踪和寻找球。中等水平和低水平的球手却更在乎球道草的密度,或许是认为稀疏的草坪易使球陷入地面,不利于下一次击球。值得一提的是43名低水平球手中只有1名认为弹性最影响其击球心理,可见绝大部分的低水平球手认为球道草坪的弹性对球的反弹没有影响,而高水平中等水平球手中有部分球手认为草坪弹性会影响球的反弹,对弹性的捉摸不透会影响其击球心理。

2.5 果岭草坪对球手击球心理影响分析

果岭是球手推球入洞的区域,果岭草坪质量标准是均一性、光滑度、韧性、弹性、修剪高度、有无草墩^[5]。但管理球场需要对果岭频繁地修剪且修剪高度极低,通常在5~8mm,任何草种都很难在果岭上形成草墩,所以叶色在该研究中取代“有无草墩”这项评价草坪质量的标准成为果岭上影响球手击球心理的因素之一。修剪高度直接影响果岭的光滑度,也影响球在果岭上的滚动速度^[6],证明光滑度和修剪高度其实是相同的质量标准,而密度乃是影响果岭外观非常重要的一方面,密度低的果岭在低修剪下容易形成秃斑,所以将密度取代光滑度进行研究,更能反映出果岭草坪质量各个方面对球手的心理影响。果岭草坪质量对球手击球心理影响的调查结果见表3。

由表3可见,72.5%的球手认为在果岭上修剪高度直接影响着自己的击球心理,可能是因为修剪高度影响果岭的球速,球手必须根据修剪高度的高低来决定自己

推球的力度和方向,所以对球手的心理影响最大。特别是高水平中等水平的球手对草坪高度细微的变化比低水平的球手更敏感,分别占调查人数的 72.5%和 77%,更重视在排除自己推杆技术水平的限制外场地条件对自己技术发挥的影响。除此项之外,均一性和叶色对高水平中等水平球手也有一定的影响,而低水平球手更在意果岭密度的高低,低密度的果岭草生长疏松,容易让低水平球手感觉不易读懂果岭,较高水平的球手可通过自己的经验来抵消此项对读果岭的影响,所以密度对他们心理的影响有限。其实果岭的韧性、弹性也会影响球击上果岭时的反弹和落地,但高尔夫规则允许修补在果岭上球冲击造成的球痕,球手不担心草坪韧性不好造成的球位凹陷,这两项对球手的心理影响最小。

表3 果岭草坪质量对球手击球心理影响

球手水平	质量标准					
	稳固度	密度	叶色	均一性	韧性	修剪高度
高	2	1	4	7	0	37
中	4	0	9	7	4	82
低	6	3	3	4	1	26
合计	12	4	16	18	5	145

2.6 长草区草坪对球手击球心理影响分析

高草区是球洞的障碍区,主要是为了增加击球难度,草坪基本不修剪或修剪高度大大高于其他区域,其影响球手击球心理的草坪因素与其他区域基本相同,主要是均一性、修剪高度、叶色、密度、韧性。

表4 长草区草坪对球手击球心理影响

球手水平	质量标准				
	光滑度	密度	叶色	均一性	弹性
高	4	5	3	17	22
中	16	18	7	28	37
低	7	10	3	8	15
合计	27	33	13	53	74

球手对长草区内的草的高度最为关注,占有调查对象的 37%,草越高意味着寻找球和击球难度增加,给球手增加了击球压力,球手都希望长草区的草越低越好。26.5%的球手认为长草区内生长的草种类繁多、杂草丛生会让自己眼花缭乱,干扰注意力,在一定程度上影响了瞄球。密度和韧性成为除修剪高度和均一性外

球手最在意的因素,因为长草区致密和高韧性的草丛较易托起球,更利于球手击球,如果长草区密度低,球易落进稀疏的草叶下,击球时杆头易“吃草”,增大了击球难度,无形中增加了球手的心理压力。球场一般会根据自己的球场类型在长草区铺设 1~3 种不同的草种模拟自然草坪群落,球手在长期的打球中已经习惯了长草区多层次的色彩渲染,基本不会对叶色的差异引起异常的心理反映,调查中仅有 6.5%的球手对此项给予关注。

3 结论

球场的草坪质量无疑会影响球手的运动心理状态,而球手的最佳竞技心理状态是一个球手击球质量的决定因素,完美无瑕的草坪必定会给球手带来愉悦的身心享受,使球手能忘我的投入到比赛中。球场应针对自身客户定位,了解不同技术水平球手的心理需求,在平常管理中对发球台、球道、果岭和长草区进行不同方面的重点养护,如举行职业比赛的球场应重点注意发球台及球道的杂草和秃斑,球道还应多施肥以维持漂亮的叶色,果岭上则要保证合适的修剪高度,而举行俱乐部会员比赛的球场在发球台上除应保证无杂草和秃斑外还要注意发球台的稳固度,球道则还要在草坪密度上下工夫。总之,了解了不同技术水平球手的心理需求后,能促进球场合理养护草坪、缩减养护成本、提高养护效果,成为一个符合比赛承办地要求的球场。

参考文献

- [1] 梅大钊,马宗仁,黄艺欣.珠江三角洲高尔夫球场场地草坪管理研究[J].深圳大学学报(人文社会科学版),2002,19(2):124-127.
- [2] 张鑫,马骊.运动员流畅心理状态的研究现状与进展[J].首都体育学院学报,2007,19(3):44-46.
- [3] Csikszentmihalyi M. Flow: The psychology of optimal experience[M]. New York: Harper & Row, 1990.
- [4] 孙延林,李实,蒋满华,等.运动员流畅心理状态研究[J].天津体育学院学报,2000,15(3):12-15.
- [5] 谭受清,李钊.高尔夫球场建造与草坪养护[M].湖南:国防科技大学出版社,2004.
- [6] 费凌,干友民,刘媛.肥料与修剪高度对深圳高尔夫球场果岭草坪的影响[J].中国农学通报,2006(10):267-271.

Influence of Golf Turf Quality on the Golfer Stroking Psychology

FEI Ling, LIU Kai, CHEN Yu-shan

(Zhuhai College, Jilin University, Zhu Hai, Guangdong 519041, China)

Abstract: This paper conducted a questionnaire survey to 200 golfers, found that golfer with different technical lever thought different turf quality factors affect their stroking psychology on the golf course, and made a conclusion that different course should attend to the needs of psychology of golfer, as far as possible eliminate the negative effect brought by turf quality on stroking psychology of golfer.

Key words: Golf course; Turf quality; Stroking psychology