



苏州市外企员工体育锻炼行为现状与建议

黄晨曦¹, 虞荣娟²

摘要: 采用文献资料、问卷调查和数理统计等方法, 对苏州市的外资企业员工体育锻炼意识、行为现状进行调查分析。结果表明: 苏州市外资企业员工非常重视体育锻炼的意义, 有着强烈地参与体育锻炼的意愿、明确的价值取向, 参加体育锻炼行为目的清晰, 在活动形式、活动内容、活动环境和运动行为能力上更具有个性化和主动性。并针对不足提出建议。

关键词: 体育; 公共服务; 体系; 绩效评估

中图分类号: G804.49 文献标识码: A 文章编号: 1006-1207(2008)02-0080-03

Status Quo and Suggestions on the Exercise Behavior of the Employees of Foreign-Funded Enterprises in Suzhou

HUANG Chen-xi¹, YU Rong-juan²

(Suzhou Vocational University, Suzhou 215104, China)

Abstract: By the methods of literature study, questionnaire and statistics, the author made a survey on the exercise awareness and behavior of the employees of the foreign-funded enterprises in Suzhou. The result shows that they pay great attention to exercise and have a strong desire for physical exercise. They have a clear value orientation and a clear object in participating in sports activities. Individuality and initiative have been seen in the arrangement of different activities, activity contents, activity environment and exercise behavior ability. Suggestions are put forward for improvement.

1 研究目的

改革开放已经20年了, 苏州市的外资企业在近几年的发展较为迅速, 截至2006年底, 苏州市共有16 028家外资企业, 从业人员达300万人。2005年GDP突破4 000亿, 地区生产总值达4 026.52亿元, 位居全国第五, 江苏省第一。进出口总额达1 405.89亿元, 位居全国第三, 江苏省第一。正是由于外资企业的发展, 加快了苏州的经济高速发展, 人民的生活水平和社会质量也不断地提高。与此同时, 由于外资企业的管理模式与中国的国有企业有着较大的不同, 外资企业员工的体育锻炼行为现状究竟如何? 此次调查正是基于这些考虑。体育行为从社会学角度上是指为追求体育目标而进行与他人有交往关系的行为。而从心理学角度上是泛指为实现体育目标有规律地外观活动、动作运动、反应和行为^[1]。

2 研究对象与方法

2.1 对象

苏州市古城区(沧浪、平江、金阊)、高新区、相城区、吴中区、工业园区24家外资企业员工969人, 年龄范围20~55岁, 其中男性573人, 女性396人。

2.2 方法

2.2.1 文献资料与情报搜集法

依据研究目的和内容, 在CNKI、维普数据库、国家

图书馆博士论文文库等检索、查阅了相关的文献资料20余篇, 借鉴了其中的一些研究内容和方法。

2.2.2 问卷调查法

针对外资企业员工体育锻炼行为参与的情况, 如参加体育锻炼的意识状况和体育锻炼的行为状况等内容进行了问卷调查, 共发放问卷1 000份, 回收有效问卷969份, 回收率96.9%。在回收的问卷中, 男性员工573人, 女性员工396人。

2.2.3 走访调查法

对苏州外资企业员工参加体育锻炼的现状及存在的问题走访调查了有关的体育管理部门、外商协会、外资企业的职能部门和外资企业的员工。

2.2.4 数理统计与比较分析法

将搜集到的有关外企员工参加体育锻炼的资料和问卷调查数据进行数理统计, 并对他们在性别间的差异进行比较和分析。

3 苏州市外资企业员工体育锻炼现状

3.1 外企员工参加体育锻炼的意识状况

3.1.1 体育锻炼价值取向

体育锻炼价值观是对关于体育方面价值的一定信念、倾向、主张和态度的系统观点。它受社会历史条件、社会地位、教育水平、体育发展等诸因素的影响。它也就是从人们自身的需要来评价体育存在和发展的根本观点, 反映人们对体育活动或行为所持的态度, 对体育自身发展的需求内容

收稿日期: 2007-11-5

基金项目: 苏州市体育局体育科研课题资助项目(TY07104)

第一作者简介: 黄晨曦(1960-), 女, 汉族, 副教授, 主要研究方向: 体育社会学。E-mail: hcx@jssvc.edu.cn, Tel: (0512)62211600

作者单位: 1. 苏州市职业大学基础部, 苏州 215104; 2. 苏州科技大学体育部, 苏州 215008



和方向^[2]。当今社会,随着社会物质文明的迅速发展和经济条件的进一步改善,外资企业员工对社会中的许多事物的价值观念也随之形成自己特定的心理或行为取舍。从表1中可见,外资企业员工体育锻炼价值取向选择首先就是为了增进健康。由此说明他们体育参与在增强人的身心健康方面所起的重要作用,以及对体育锻炼的认识、对生命质量问题的关注程度为外资企业员工普遍认同。

表1 外资企业员工体育锻炼价值取向一览表(N=969,男573,女396)

Table I Exercise Value Orientation of the Employees of Foreign-Funded Enterprises (N=969, Male 573, Female 396)

动机	增进健康	休闲娱乐	运动能力	人际关系	调节情绪	防病治病	改善形象	加强竞争	提高刺激	追求时尚
女(人)	99	95	86	91	88	96	85	60	43	49
排序/%	1/12.5	3/11.9	6/10.9	4/11.5	5/11.1	2/12.2	7/10.7	8/7.6	10/5.4	9/6.2
男(人)	138	128	109	106	122	95	101	112	119	116
排序/%	1/12.1	2/11.2	7/9.5	8/9.2	3/10.7	10/8.2	9/8.8	6/9.8	4/10.4	5/10.1

表2 外资企业员工体育锻炼动机水平一览表(N=969,男573,女396)

Table II Motivation of the Employees of the Foreign-Funded Enterprises in Participating in Exercise

(N=969, Male 573, Female 396)

原因	没兴趣	没时间	工作太累	企业没设施	不会锻炼	怕讥笑	身体好不用锻炼	没有钱	从来不喜欢	没有理由
女(人)	89	98	101	104	79	40	67	87	74	53
排序/%	4/11.3	3/12.4	2/12.8	1/13.1	6/9.9	10/5.1	8/8.5	5/10.9	7/9.3	9/6.7
男(人)	116	133	126	99	103	129	130	106	92	112
排序/%	5/10.1	1/11.6	4/10.9	9/8.6	8/8.9	3/11.3	2/11.3	7/9.2	10/8.1	6/9.9

3.2 外企员工参加体育锻炼的行为状况

3.2.1 参加体育锻炼的次数

在969份调查的问卷中,每周参加1~2次体育锻炼的男女员工为398人,列第一;每周偶尔参加体育锻炼的男女员工为354人,列第二;每周参加3~4次体育锻炼的男女员工为102人列第三。这表明外资企业员工在不同程度上参与了体育锻炼。

3.2.2 参加体育锻炼的时间和时段

调查统计显示,在参加体育锻炼的人员中,男女最多的活动时间是15~30 min,有349人;活动时间是31~60 min的员工为245人,人次次之;大于60 min的员工为157人,参与人数较少(表6)。调查统计显示,外资企业员工参加体育锻炼的时间段为双休日或晚上。特别是男性员工,选择晚上参加锻炼的有227人。这说明外资企业员工参加体育锻炼的时间与其余暇时间有关。

表3 外资企业员工参加体育锻炼形式统计表(N=969,男573,女396)

Table III Motivation of the Employees of the Foreign-Funded Enterprises in Participating in Exercise

(N=969, Male 573, Female 396)

体育锻炼形式	个人锻炼	与朋友一起锻炼	与家人一起锻炼	参加企业体育活动	参加俱乐部锻炼	参加社区体育活动
女(人)	31	178	149	6	24	8
排序/%	3/7.8	1/45.0	2/37.6	6/1.6	4/6.1	5/2.0
男(人)	131	174	55	101	94	18
排序/%	2/22.9	1/30.4	5/9.6	3/17.6	4/16.4	6/3/1

3.2.5 体育消费结构

根据对员工每月体育消费金额和消费内容统计,男女员工形成两种趋势。一种就是花很少的钱,获得最大的效率,即达到体育锻炼的目的。另一种则是“花钱买健康”,在体育器

3.1.2 体育锻炼动机水平

调查统计数据显示,虽然外资企业员工对体育锻炼的认识、关注程度较高,但是,在参与程度上存在着显著的差异,这也反映了外资企业员工的体育锻炼的活动态度与参与体育锻炼的实际行为中间的某些背离现象(表2)。为此,体育行为的建立和形成,不仅取决于人们对体育的认识,它也将受到社会等各方面因素的影响。

3.2.3 参加体育锻炼的内容

根据外资企业员工最感兴趣的前8项体育活动内容统计显示:男性员工主要是足球、篮球、乒乓球和羽毛球,说明他们选择的体育运动项目简单带有一定的休闲、娱乐性和竞争性,主要是为了身心放松、调节情绪和缓解工作压力。女性员工主要青睐于羽毛球、旅游、游泳和乒乓球等运动项目。她们则是通过休闲娱乐的体育活动,既达到锻炼身体,又愉悦心理的双重效果。在调查中值得关注的是中国的传统文化——武术,男女员工选择的极少。

3.2.4 参加体育锻炼的形式

在调查中发现,男女员工参加体育锻炼的形式排序第一的都是与朋友一起锻炼,其次是,男性员工选择个人锻炼和参加企业组织的体育活动;女性员工则是选择与家人一起锻炼和个人锻炼的形式(表3)。

材、场馆租借和体育旅游方面进行健康资本投入,达到健身健体、身心快乐的目的。女性员工在消费观念上带有女性心理特点,既比较注重外表的形象,如首选购买的是服装鞋袜;其次是精神上的体验,观看比赛和书报杂志(表4、5)。



表4 外资企业员工每月体育消费金额统计表(N=969, 男573, 女396)

Table IV Monthly Sports Expenditure of the Employees of the Foreign-Funded Enterprises
(N=969, Male 573, Female 396, Currency Unit: Yuan)

内 容	100元以下	100~200元	201~300元	301~400元	400元以上
女/%	95/23.9	103/26.1	57/14.9	38/9.6	101/25.5
男/%	184/32.1	146/25.5	70/12.2	80/13.9	93/16.3

表5 外资企业员工体育消费内容统计表(N=969, 男573, 女396)

Table V Sports Expenditure Contents of the Employees of the Foreign-Funded Enterprises
(N=969, male 573, Female 396)

体育支出	服装鞋袜	书报杂志	体育器材	场馆租借	观看比赛	声像制品	培训辅导	体育旅游	其 它
女(人)	121	62	31	9	56	5	27	39	46
排序/%	1/30.6	3/15.7	6/7.8	8/2.3	2/14.1	9/1.3	7/6.8	5/9.8	4/11.6
男(人)	70	70	126	121	53	33	19	76	5
排序/%	4/12.2	4/12.2	1/22.0	2/21.1	6/9.2	7/5.8	8/3.3	3/13.3	9/0.9

4 结论与建议

4.1 结论

4.1.1 苏州外资企业员工非常重视体育锻炼的意义,并有着比较强烈地参与体育锻炼的意愿、明确的价值取向,即增进健康、休闲娱乐和调节情绪、防病治病。与此同时,企业的管理者也认识到重视员工的体育锻炼,可以提高工作效率,增强机体的免疫力,这样既节省了医疗费用,又可以了提高生产效率。

4.1.2 苏州外资企业有着严格的管理制度,他们的工作节奏快、强度大,这样就形成企业员工工作压力大、精神高度紧张的生理和心理上的不适。与此同时,外资企业员工的工作单位大多远离市区,造成余暇时间的不足,没有时间去参加体育锻炼。他们虽然知道锻炼的重要性,但是也会由于一些客观上的原因,如没有时间、工作太累、认为现在身体好不用去锻炼和企业没有适合的体育设施等而造成主观上的不重视。

4.1.3 在调查中发现,外资企业男女员工在参加体育锻炼的时间是15~60 min,每周1~2次或偶尔参加,锻炼的时间段为双休日或晚上。这与他们的体育态度、家庭负担、工作强度和个人的身体状况及行为习惯有着密切的关系。

4.1.4 苏州外资企业的员工在参与体育活动、锻炼的场所选择的余地较大,但是还不能完全满足需求。由于苏州的外资企业大多是世界性的知名企业,他们非常重视员工的体育文化活动,工业园区和开发区、企业单位也经常开展一些纵向和横向的体育比赛与交流。在一些大型的企业设有篮球场和足球场,小型企业设有乒乓室、健身房和舞蹈房,并配有淋浴房等。

4.1.5 调查显示,苏州外资企业员工的收入较高,特别是被调查的24家外资企业,他们的生活水平明显地高于其它一般企业员工,但是,体育方面的消费支出与收入没有存在直接的影响,当员工富裕起来的时候,就应该调动和呼唤他们的体育消费意识,产生对体育锻炼的积极推动作用。

4.2 建议

4.2.1 政府应该关注外资企业的体育发展,掌握外资企业员工体育健康状况,发挥外资企业对我国群众体育事业开展的

促进作用,引导、鼓励、规范外资企业员工体育健康的可持续发展,营造发展外资企业体育的环境,即企业体育发展的政策环境、锻炼环境和体育人文环境,发挥政府的监督功能与推动作用。例如,由政府牵头主办各种体育比赛、体育文化交流等。

4.2.2 苏州外资企业单位应该建立“人本”观念(员工健康理念)、人文观念(企业文化理念)、体育产出观念(企业公关理念)和双赢观念(企业品牌理念)。重视企业员工的体质健康状况,加强员工健身运动的宣传,提高员工健身的意识,规划和建设好企业的体育文化场馆,并结合企业自身特点,策划与组织各项体育活动,形成体育制度化、规范化、科学化和社会化,制订员工开展体育锻炼的具体措施与方案,如在外资企业培养社会体育指导员、体育骨干以及制定相关的管理法规文件等,满足在苏州工作的外资企业员工参加健身锻炼欲望。

4.2.3 外资企业员工应该将体育锻炼纳入自己的生活日程中,提高体育锻炼的意识,掌握有效的体育锻炼方法适应这个快节奏、高紧张度的社会需要。在休息日、员工疗养制度、文体娱乐活动等方面维护自己的权益。

参考文献:

- [1] 陈安槐,陈荫生. 体育大辞典[M]. 上海:上海辞书出版社,2000. 6.
- [2] 夏征农. 辞海[M]. 上海:上海辞书出版社,1999.
- [3] 兰自力,郑旭旭,蔡传明. 我国三资企业职工体育现状调查与发展对策研究[J]. 北京体育大学学报,2006,29(6):739-740.
- [4] 陆亨伯,应姗姗. 浙江发达地区民营企业职工余暇体育活动调查与分析[J]. 体育学刊,2005,12(5):33-35.
- [5] 齐朝勇,杜云. 高新区企业员工体育现状与对策研究[J]. 北京体育大学学报,2005,28(8):1053-1055.
- [6] 姜伯乐. 温州地区民营企业健康家健康状况与体育锻炼行为[J]. 体育学刊,2006,13(4):41-43.
- [7] 冯青山,赵岷,李翠霞. 山西省民营企业开展群众性体育活动的现状与发展对策研究[J]. 中国体育科技,2004,40(5):53-55

(责任编辑: 陈建萍)