



# 论上海五城区广场舞的赋权

黄奇玮

**摘要:**“中国大妈”跳广场舞已成为一个备受关注的社会话题。本文着重考察上海5个城区“女性中老年市民”的广场舞赋权现状,旨在挖掘体育赋权的测量方法,特别关注广场舞在社区-组织背景下对自我认知、自我效能和社会交往3个维度的影响。共采访上海5个城区144位广场舞爱好者,每个区的广场舞调查按照实地抽样的原则,尽量兼顾到小区广场、闹市广场、路边空地、公园、居委会和街道文化中心场地等不同类型,采用问卷形式进行实地调查和网络调查结合的方式。结果显示广场舞本身就激发赋权过程的发展,同时广场舞锻炼时间越长,广场舞爱好者的自我效能也就越高;不同的广场舞场地,其广场舞爱好者的群体认同存在差异。

**关键词:** 广场舞;体育赋权;自我认知;自我效能

中图分类号:G80-05 文献标志码:A 文章编号:1006-1207(2016)01-0020-05



## Psychological Empowerment of Square Dance in Five Districts of Shanghai

Huang Qiwei

(The School of Sports Journalism Communication and Foreign Language, Shanghai University of Sport, Shanghai 200438, China)

**Abstract:** The square dance of Chinese aunts is a hot topic of the society. The research focuses on the status quo of the psychological empowerment (PE) of square dance in five districts of Shanghai so as to uncover the measures for testing sport empowerment. It pays attention to the influence of self-cognition, self-efficacy and social intercourse under the background of square dance in community-organization. 144 square dance enthusiasts in five districts of Shanghai were interviewed. And according to the principle of field sampling, the survey was conducted by the means of questionnaire combining field investigation and online survey at the different places of community square, urban square, vacant space beside the roads, public parks and cultural centers of the neighborhoods and communities. That was the first time in China to use empirical method to measure sport empowerment. The result shows that square dance itself inspires the process of empowerment. And the longer the square dance practiced, the higher the self-efficacy of the enthusiasts achieve. At the different places for square dance, the group identification of the square dance enthusiasts is different.

**Key Words:** square dance; psychological empowerment; self-identification; self-efficacy

## 1 研究背景与研究意义

作为一种体育与艺术在舞蹈中的融合,广场舞是集健身与形体一体,配以富有节奏感的音乐,在广场、院坝等宽敞场地开展的群众性健身舞蹈活动,已渐渐成为一种社会文化现象。广场舞的类型丰富多彩,民族舞、古典舞、国际舞等都可可在广场上表演,借此传达一种健康向上的生活状态<sup>[1]</sup>。这种以健身为目的的体育舞蹈甚至跨越城乡。如此众多的群众能自发有序、持之以恒地参与其中,广场舞可谓城市生活里一道亮丽的风景。广场舞开展得如火如荼的同时,其爱好者近年来因广场舞与周边居民产生的冲突也频有发生,表征看来,广场舞爱好者有侵权之嫌,其根源却在城镇化的进程促使传统的邻里关系发生转变,生活空间的紧密排列等原因。时间和空间上的冲突,导致广场舞变成了噪音污染源,许多居民不堪其扰,双方冲突不断升级<sup>[2]</sup>。

赋权研究,是西方发展传播学研究中的一项重要议

题,该概念在传播学、社会学、管理学和教育学中被频繁使用。但将“赋权”概念应用于体育传播研究,还未尝有之。赋权理论普遍认为,赋权是一个过程,是一个群体、组织和社区对其事务获得控制的机制。其实,现实生活中的赋权过程是丰富多彩的,不仅体现为从无权到增权、从弱权到强权的线性运动,也表现为赋权过程中的层次性、立体性。广场舞赋权主要集中在心理赋权层面,是老人实现“老有所为,老有所乐”的有效路径。“广场舞”赋权也就是这样的一个过程,中老年群体从无权到增权、从弱权到强权,通过媒体报道以后,甚而出现媒介赋权还是媒介去权的困惑。笔者希冀将赋权理论作为观察“广场舞”深远社会影响的研究工具,从赋权的视角来对“广场舞”的行为主体——中老年群体进行深度调查。笔者认为“广场舞”的赋权在自我赋权方面也最为突出,故立足于此,希冀研究结果将有助于研究老年人社会融入的问题,并为政府更好地规范广场舞提供有效的决策依据。

收稿日期:2016-01-08

作者简介:黄奇玮,女,副教授。主要研究方向:体育传播。E-mail:lavie007@126.com。

作者单位:上海体育学院 体育新闻传播与外语学院,上海 200438。



## 2 研究假设

大多数研究通过中老年群体广场舞的实证调查,得出参予者的身体得到了不同程度的锻炼、身体灵活度得以增强、体质增强的结果。

也有学者在心理学的角度上提到通过跳广场舞能使舞者内在情感得以宣泄,产生精神振奋的愉悦感,这使舞者得到表现自我的机会,产生自我价值感,且广场舞不仅仅是一种体育舞蹈,更是一种群众集会形式,集会产生广泛的人际交流,并使各种信息得到有效传播<sup>[3]</sup>,但并未深入分析并展开实证。

如上所述,针对广场舞、尤其是广场舞爱好者的身体素质提高的实证调查,正在呈上升趋势,但对广场舞如何帮助舞者实现心理价值、提高幸福指数的实证研究,迄今十分欠缺。

然而在中国大陆,“体育赋权”的提出还未尝有也,且以赋权理论为视角对广场舞进行考察的实证研究,更是空缺。通过梳理,本文结合广场舞调查的实践,提出以下研究假设。

H1:上海广场舞爱好者的领导力,与其性别之间存在显著相关。

H2:上海广场舞爱好者的疏离感,与其婚姻状况之间存在相关。

H3:广场舞锻炼时间越长,广场舞爱好者的自我效能也就越高。

H4:不同的广场舞场地,其广场舞爱好者的群体认同存在差异。

## 3 研究对象与研究方法

本次预调查选择上海市宝山区、杨浦区、虹口区、徐汇区和闵行区5个上海城区作为主要调查地点。

调查对象是上海宝山、杨浦、虹口、徐汇和闵行(由北向南)等5个上海城区45岁以上中老年人,共访问198人,获目标样本168份,其中参与广场舞问卷144份,未参与广场舞问卷24份,成功率为84.8%。本次调查,由上海交通大学媒体与设计学院“上海市民参与广场舞情况调查”课题组于2015年6~7月组织实施,由上海交通大学4名经过培训的新闻传播学专业博士生担任访员。调查采取分层抽样的方法,每个区的广场舞调查按照实地抽样的原则,尽量兼顾到小区广场、闹市广场、路边空地、公园、居委会和街道文化中心场地等不同类型,采用问卷形式进行实地调查和网络调查结合的方式。而此次报告,主要针对5个城区的144份参与广场舞的上海市民展开调查和分析。

## 4 主要发现和初步分析

### 4.1 广场舞基本参与情况

#### 4.1.1 广场舞参与频率与时间

对于广场舞爱好者能否算体育人口,有学者通过对莆田市12个广场舞地点进行随机问卷调查分析莆田市广场舞现状后,发现大多数参与广场舞运动的中老年人都符合体育人口的标准<sup>[4]</sup>,即以每周参加体育活动多于3次、每次活动时间不少于30min,且每次活动具有中等或中等以上强度。在上

海,广场舞是否也能如此聚人气,它之前流行的太极拳等老年人群众健身活动相比,是否具有绝对优势,这是本文第一个疑问。调查结果显示,在144份参与广场舞的问卷样本中,1周里参加的广场舞(每次锻炼超过30min)频次在3次以上的人数达到122人,占总样本的84.7%。而进行健身走(散步)和太极拳等传统体育运动项目的上海市民人数则越来越少,且绝大多数广场舞爱好者的锻炼时间都大于1h,这说明样本中122个参与广场舞锻炼的市民都是体育人口,其中按运动频率算,一周锻炼4~6次的有27人,占总人数的18.8%;每天参加广场舞锻炼的有95人,占总人数的66.0%。按性别比例来看,122个体育人口中,男性12人,占总人数的8.3%;女性110人,占总人数的76.4%。可见,上海市民尤其是上海女性中老年市民进行广场舞锻炼的比例已相当高。

除了问卷调查的散步、跑步、乒乓球太极拳等体育运动以外,上海女性中老年市民还有骑车、八段锦、广播体操、游泳、肚皮舞、羽毛球等其他锻炼方式,但分布相对分散。可见在上海广场舞也逐渐取代健身走(散步)和太极拳等传统体育运动项目。

#### 4.1.2 广场舞活动类型与规模

广场舞活动场地具有非常多样化的特点,包括小区广场、闹市广场、路边空地、公园、居委会和街道文化中心地等不同类型,具体分布见表1。

表1 上海中老年市民参与广场舞的类型分布(可多选)  
Table 1 Distribution of the Categories of Shanghai Middle-Aged and Elderly Citizens Participating in Square Dance (multiple choice)

|       | 性别 |     | 合计  |
|-------|----|-----|-----|
|       | 男  | 女   |     |
| 民族舞   | 2  | 18  | 20  |
| 交谊舞   | 12 | 40  | 52  |
| 拉丁舞   | 2  | 9   | 11  |
| 现代流行舞 | 5  | 22  | 27  |
| 混合舞种  | 2  | 70  | 72  |
| 其他舞种  | 0  | 9   | 9   |
| 合计    | 23 | 168 | 191 |

上海中老年市民参与最多的广场舞类型为混合舞种(49.7%),占到接近一半左右,其次是交谊舞(35.9%)和现代流行舞(18.6%);按性别来计算,男性中老年市民参与最多的则是交谊舞(52.2%),占男性广场舞爱好者的一半以上,其次是混合舞种(21.7%)。

“您跳交谊舞类型的广场舞吗?”对该问题的回答在男女性别中差异很大,上海男性市民跳广场舞大多是跳交谊舞,但女性市民跳交谊舞的比例则不是很高,卡方分析的结果(P=0.019)也表明,跳交谊舞类型的广场舞人数与性别相关关系显著。

上海中老年市民参与广场舞的规模从20人以下、21~40人、41~60人、61~80人、81~100人到100人以上不等,分布较散,可见广场舞具有组织松散、规模不固定的特点。

### 4.2 广场舞赋权的自变量分析

赋权或增权(empowerment),作为现代社会工作理论



的一个重要概念,意指赋予或充实个人或群体的权力。赋权理论在国外虽然应用广泛,但学者处于各自的角度赋予它不同的含义,迄今还没有一个公认的赋权定义。Rappaport 认为,赋权是个过程,是一个人们、组织和社区对其事务获得控制的机制<sup>[5]</sup>。Kieffer 认为,赋权概念至少汇集了 3 个构成要素:公民能力、社会政治修养、政治参与能力<sup>[6]</sup>。Swift 认为,赋权是一个精神状态、一种对权力的再分配、一个过程以及一个目标<sup>[7]</sup>。Gutierrez 等则认为,赋权是在个人、家庭、群体或社区中发展获得权力的能力<sup>[8]</sup>。然而国外对赋权达成共识的是,赋权既是一种理论,又是一种实践;既是一个目标,又是一个结果;既是一个过程,又是一种介入方式,因此最值得关注的是自我赋权或心理赋权(Psychological Empowerment,简称 PE),即挖掘或激发个体内心的潜能。

国内社会学学者从弱势群体的增权的角度,在论述增权概念的内涵及其假设前提和价值取向的基础上,从客体和主体两个方面分析弱势群体的无权状况,进而区分弱势群体自我发展所需的个体增权、人际关系增权和社会参与增权等 3 个层次<sup>[9]</sup>。赋权理论在中国传播学的普及,谢进川、丁未、王锡苓等做了大量基础性的工作,他们详细梳理了赋权理论的渊源、定义、研究范围、价值取向和方法偏好等<sup>[10-12]</sup>。

广场舞赋权自变量的确定,来源于比较成熟的政治赋权和社区赋权的相关测量方法。从政治赋权<sup>[13]</sup>吸取领导力一个指标(剔除了政策控制和决策力),从社区赋权里吸取疏离感和社区参与度两个指标,构成 3 个广场舞赋权自变量。

#### 4.2.1 广场舞爱好者的领导力

广场舞爱好者的领导力主要体现在组织能力、领导能力和当众发言能力等 3 方面。本文以 Likert 5 级量表“很不赞同、不太赞同、说不准、比较赞同、很赞同”对广场舞爱好者的组织能力、领导能力和当众发言能力 3 方面进行了测量。这 3 项能力在不同性别的上海市民中,表现出高度一致性,即女性领导能力相对较高。这或许可以间接解释广场舞为何是女性中老年市民的天下的原因。

从上海不同性别广场舞爱好者的这 3 项能力的独立样本检验结果来看,当众发言这一项与性别的相关关系具显著性。根据独立样本检验表显示,方差齐性 Levene 检验结果为  $F=0.033, P=0.856$ 。可认为男、女广场舞爱好者的当众发言能力的  $t$  检验结果为  $t=3.623, P=0.000$ 。

研究发现,研究假设 H1,即“上海广场舞爱好者的领导力,与其性别之间存在显著相关”获得证实,特别在当众发言能力方面的相关关系最为显著。上海女性中老年市民喜欢广场舞,一部分原因可能也是女性广场舞爱好者的领导力也相对较高。通过焦点小组访谈,我们发现女性广场舞爱好者的领导力越强,特别是当众发言能力越强,她们的舞蹈水平确实也相对较高。

#### 4.2.2 广场舞爱好者的疏离感

广场舞出现之前,业余生活的沉闷使许多老年人的心理健康状况不容乐观,而广场舞则为很多身心处于亚健康

甚至病态状态下的老年人带去生活的乐趣,让他们摆脱抑郁、空虚。

可见,在广场舞的自变量中,疏离感确实在潜移默化起作用,疏离感与广场舞行为存在相关关系( $P=0.014$ ),这也和很多未参与广场舞的市民回答“为何不跳广场舞”的答案比较相似,其实不跳广场舞并不代表她们不喜欢跳,她们内心还是非常向往跳广场舞的,只是“比较宅”、不愿参与社交、怕跳不好等种种顾虑让她们裹足不前。

婚姻状况也是影响广场舞爱好者的疏离感的一个重要因素。相关分析的结果表明,上海广场舞爱好者的疏离感(如表 2 所示,态度倾向区分为:很不赞同、不太赞同、说不准、比较赞同和非常赞同),与婚姻状况( $r=0.952, P=0.005$ )显著相关。据此,研究假设 H2,即“上海广场舞爱好者的疏离感,与其婚姻状况之间存在相关”,得到证实。表 2 参与广场舞的上海市民对“不太喜欢走亲访友”的态度倾向

Table II The Attitudes of the Shanghai People Participating in Square Dance toward “Do Not Like Visiting Relatives and Friends”

|         | 很不赞同  | 不太赞同  | 说不准   | 比较赞同  | 非常赞同 |
|---------|-------|-------|-------|-------|------|
| 参与广场舞人数 | 39    | 24    | 27    | 42    | 12   |
| 所占百分比   | 27.1% | 16.7% | 18.8% | 29.2% | 8.3% |

这一点在焦点小组访谈中,特别在女性市民中比较常见,即越是已婚,越是愿意走亲访友,越喜欢跳广场舞;而离异后,或许就会变得不太喜欢走亲访友,疏离感增强,也导致其不愿参与社交、参与广场舞等文体活动。

#### 4.2.3 广场舞爱好者的社区参与度

广场舞爱好者的社区参与度主要体现在社区关注度、社区参与度和社区活动组织能力等 3 个方面。

本文以 Likert 5 级量表“很不赞同、不太赞同、说不准、比较赞同、很赞同”对广场舞爱好者的社区关注度、社区参与度和社区活动领导力等 3 方面进行了测量。这 3 项能力,在上海广场舞爱好者中,表现出较大的一致性。

非常赞同“经常关注社区活动”的参与广场舞的市民比率超过 20%,卡方分析的结果( $P=0.006$ )也表明,上海广场舞爱好者的社区关注度与性别的相关关系非常显著。

比较赞同“经常参与社区活动”的参与广场舞的市民比率达到 50%,卡方分析的结果( $P=0.015$ )也表明,上海广场舞爱好者的社区参与度与性别的相关关系显著。

经卡方分析,上海广场舞爱好者的社区活动组织能力与性别无相关关系。

### 4.3 广场舞心理赋权的因变量分析

心理赋权是所有赋权的基本目标。对于赋权是过程还是结果,一些研究者如 Brandura<sup>[14]</sup>认为,赋权是一个过程,即人们能意识到对处境(situation)的控制,因为赋权“不是通过法令赠与的,而是通过发展人的效能获得的,后者让人们利用机会并改变环境的限制。”<sup>[14]</sup>理想的增权在于失能的人群能够参与社会自由运动,增权应聚焦于独立、自我帮助和自我支配。



国外针对心理赋权进行定量研究主要可分为政治赋权和社区赋权两大流派,其中以社区心理学领域 Zimmerman<sup>[10]</sup>对 PE 设计的一套测量方法、Gutierrez<sup>[8]</sup>的一套测量方法和应用最为广泛。Zimmerman 将社区赋权分为 3 个层面:其一是内省能力(intrapersonal),即如何认识自己的能力,包括如何疏导孤独、增强尊严感等意愿和能力;其二是互动能力(interactional),指了解特定情境下的规范和价值观具备的合作决策、实现目标的批判性思维等;其三是行动能力(behavioral),即采取直接影响赋权结果的能力,包括组织、管理和适应变化的能力<sup>[13]</sup>。Gutierrez 等研究者则认为,赋权的目标应是积极切实改变不利局面,在个人能力、人际网络和社会权益方面获得实质上改善,包括发展个体层面的自尊、自强意识,群体层面的组织协助意识,及自我效能(self-efficacy)等多方面的提升<sup>[8]</sup>。

广场舞赋权主要集中在心理赋权层面,是老人实现“老有所为,老有所乐”的有效路径。

广场舞对爱好者来说,最主要的赋权是提升了他们的自我认同、自我效能和群体认同。

#### 4.3.1 自我认同方面的赋权

对于大多数退休的老年人而言,心态的老化比身体的老化更可怕。如表 3 所示,144 位广场舞爱好者中,一半以上都感觉体型更健美、精力更充沛、容貌更靓丽、举止更优雅了,尤其是上海 54.2%的广场舞爱好者比较赞同“精力更充沛”,41.0%的广场舞爱好者非常赞同跳广场舞让她们“精力更充沛”,可见“广场舞让她们生活充满了能量”。

表 3 广场舞为上海中老年市民带来自我认同方面的提升(%)  
Table III Upgrade of the Self-cognition the Square Dance Brought about to the Middle-aged and Elderly Shanghai Citizens (%)

|        | 体型更健美 | 精力更充沛 | 容貌更靓丽 | 举止更优雅 |
|--------|-------|-------|-------|-------|
| 1 很不赞同 | 1.4   | 1.4   | 1.4   | 1.4   |
| 2 不太赞同 | 2.1   | 1.4   | 2.8   | 2.1   |
| 3 说不准  | 12.5  | 2.1   | 31.3  | 27.8  |
| 4 比较赞同 | 45.8  | 54.2  | 36.8  | 40.3  |
| 5 非常赞同 | 38.2  | 41.0  | 27.8  | 28.5  |

以相关分析方法对“体型更健美”、“精力更充沛”、“容貌更靓丽”、“举止更优雅”进行测量,发现在体型、精力、容貌和举止 4 个方面的自我认同又存在一定的联系,按  $\alpha=0.05$  水准,自我认同赋权变量间的相关系数都有统计学意义。具体而言,广场舞对举止和容貌的赋权相关系数最高( $r=0.755, P=0.000$ ),广场舞对体型和容貌的赋权显著相关( $r=0.721, P=0.000$ ),显示容貌和举止、体型都显著相关。广场舞对精力和容貌的赋值也显著相关( $r=0.693, P=0.000$ ),广场舞对体型和精力的赋值显著相关( $r=0.682, P=0.000$ ),广场舞对精力和举止的赋值显著相关( $r=0.651, P=0.000$ ),广场舞对举止和体型的赋值显著相关( $r=0.546, P=0.000$ )。

#### 4.3.2 自我效能方面的赋权

近年来,国内传播学者逐渐运用赋权理论探讨媒介技术

赋予使用者的自主意识与权力。如丁未等讨论了手机与农民工自主性获得的关系,认为赋权是一种自我效能,通过提升主体强烈的个人效能意识,增强个体达成目标的动机<sup>[14]</sup>。

对广场舞爱好者来说,心理赋权提升了她们的自我效能。正如表 4 所示,144 位广场舞爱好者一半以上都感觉广场舞有助于她们提升摆脱孤独、克服自卑、更受尊重、做事更高效、能更好面对挫折的能力,但更好支配时间和更好支配金钱提升则不明显。有超过三成的广场舞爱好者在被问及是否有助于克服自卑时回答“说不准”,当继续追问原因时,大部分广场舞爱好者表示,自己根本不自卑;被访问调查的 144 位广场舞爱好者有 87.5%感觉广场舞不同程度“有助于她们摆脱孤独”,“广场舞让她们生活充满了正能量”。

表 4 广场舞为上海中老年市民带来自我效能方面的提升(%)  
Table IV Upgrade of the Self-efficacy the Square Dance Brought about to the Middle-aged and Elderly Shanghai Citizens (%)

|        | 有助于摆脱孤独 | 有助于克服自卑 | 更受人尊重 | 做事更高效 | 更好面对挫折 |
|--------|---------|---------|-------|-------|--------|
| 1 很不赞同 | 1.4     | 1.4     | 2.8   | 2.1   | 0.7    |
| 2 不太赞同 | 1.4     | 4.2     | 1.4   | 4.2   | 7.0    |
| 3 说不准  | 9.8     | 30.1    | 30.1  | 28.0  | 31.5   |
| 4 比较赞同 | 47.6    | 34.3    | 32.9  | 32.4  | 32.8   |
| 5 非常赞同 | 39.9    | 30.1    | 32.9  | 32.9  | 28.0   |

焦点访谈中,笔者发现广场舞参与时间与广场舞自我效能方面的赋权明显相关。

经单因素 ANOVA 分析方法,笔者发现两者存在着一定的联系。广场舞锻炼时间越长,与广场舞爱好者在“有助于摆脱孤独”(F=3.924, P=0.005)和“有助于克服自卑”(F=3.153, P=0.016)的自我效能都存在显著相关。据此我们可以认为,研究假设 H3,即“广场舞锻炼时间越长,广场舞爱好者的自我效能也就越高”,获得证实。

#### 4.3.3 群体认同方面的赋权

广场舞对爱好者来说,心理赋权还意味着提升了他们的群体认同。如表 5 所示,144 位广场舞爱好者七成以上都感觉广场舞有助于他们结交朋友、家庭更和睦、更适应社区邻里、能更好融入上海的能力。

表 5 广场舞为上海中老年市民带来群体认同方面的提升(%)  
Table V Upgrade of the Group Identification the Square Dance Brought about to the Middle-aged and Elderly Shanghai Citizens (%)

|        | 结交更多朋友 | 家庭更和睦 | 更适应社区邻里 | 更好融入上海 |
|--------|--------|-------|---------|--------|
| 1 很不赞同 | 2.1    | 1.4   | 0.7     | 0.7    |
| 2 不太赞同 | 0.7    | 0     | 0.7     | 0.7    |
| 3 说不准  | 9.1    | 18.9  | 6.3     | 18.9   |
| 4 比较赞同 | 50.3   | 44.1  | 51.0    | 42.7   |
| 5 非常赞同 | 37.8   | 35.7  | 41.3    | 37.1   |

被访问调查的 144 位广场舞爱好者中,九成以上的广场舞爱好者感觉广场舞不同程度有助于她们适应社区邻里,广场舞让他们加强了与家庭、朋友、社区和城市的链接,大大提升了她们的群体认同,也有助于构建健康的和谐社会。



焦点小组访谈中,发现公园及闹市广场两个场地对广场舞群体认同方面的赋权明显。经单因素 ANOVA 分析方法,的确找到两者存在着一定的联系。如表 5 所示,公园及其他场地,其广场舞爱好者的群体认同在“结交更多朋友”(F=19.939, P=0.000)和“更适应社区邻里”(F=19.832, P=0.000)存在密切相关。据此我们可以认为,研究假设 4,即“不同广场舞场地,其广场舞爱好者的群体认同存在差异”,获得证实。

结合 71.1% 的广场舞爱好者认为广场舞理想时间为 19:00~20:00 的诉求,以及大多数广场舞爱好者“对广场舞有什么意见或建议”的回答都是“希望政府开辟更多场地”的诉求,是否可以建议上海市政府将公园开放时间从晚上 6~7 点延长到晚上 7~8 点闭园,以缓解上海广场舞场地不足的问题,并且让更多人享受广场舞在“结交更多朋友”和“更适应社区邻里”的赋权。

## 5 结论与讨论

近年来上海老龄化的问题日益凸现,构建健康的老龄化社会已成为构建和谐社会的重要部分。《中国人口老龄化发展趋势预测报告》指出,中国于 1999 年进入了老龄化社会,目前是世界上老年人口最多的国家<sup>[15]</sup>。据第六次全国人口普查数据,我国 60 岁及以上人口占总人口 13.26%,其中 65 岁及以上人口占 8.87%,同 2000 年第五次全国人口普查相比,60 岁及以上人口比重上升 2.93 个百分点,65 岁及以上人口比重上升 1.91 个百分点。这些数据表明中国老龄化进程明显加快,“正在变老”成了中国人口给世界的最新印象<sup>[16]</sup>。在众多健身活动中,“广场舞”因其简便易学、易开展、运动量因人而异等特点后来居上,成为中老年人特别是中老年妇女最为青睐的健身活动之一。

《全民健身计划纲要》中指出:“推广简便易行和适合不同年龄、性别、职业特点与体质状况的体育健身方法;挖掘和整理我国传统体育医疗、保健、康复等方面的宝贵遗产,发展民族、民间传统体育”。广场舞作为群众全民健身重要手段,一直以来缺乏针对性管理保护。虽然广场舞健身热潮不断,人们体育锻炼热情不减,但场地矛盾、噪音污染与邻里关系矛盾同样日趋深化,促进人们健身健心的同时,在社会和谐方面也遇到了瓶颈<sup>[17]</sup>。

通过本次调查,笔者发现上海市民参与广场舞的热情非常高,广场舞赋权呈现一系列特征,概况如下。

首先,广场舞在自我认同、自我效能和群体认同方面都有不同程度的赋权,广场舞让其爱好者体型更健康、精力更充沛、容貌更靓丽、举止更优雅,有助于他们提升摆脱孤独、克服自卑、提升尊重感、做事更高效、能更好面对挫折,也加强了他们与家庭、朋友、社区和城市的链接,大大提升了他们的群体认同,非常有助于构建健康的和谐社会。

其次,人口学特征角度看,八成以上上海广场舞爱好者为已婚女性中老年群体,而七成五的广场舞爱好者为女性本地城市户籍人口,这说明广场舞赋权还只局限在本地女性,而对于外地籍的居住者,广场舞普及率还不高,更谈不上赋权。

还有,在焦点小组访谈中不少广场舞爱好者提到社区老年体育组织对自己特别有帮助,如杨浦区老年协会或各社区居委会在雨天会主动提供场所。杨浦、虹口区还有不少有组织的广场舞团队定期去敬老院表演,给年迈更弱

势的老年群体带去欢乐,这无疑是广场舞二次赋权的最好例证。这些广场舞爱好者经历了一个从无权到有权、从弱权到强权的自我赋权过程,伴随着 2014 年扰民事件不断曝光,又从过度赋权回归到冷静。在最后开放式问题里,大多数广场舞爱好者“对广场舞有什么意见或建议”的回答都是,“希望政府开辟更多场地”。也明确表示,“我们很热爱广场舞,但也不愿扰民”。

他们通过广场舞实现为更弱势的老年群体赋权,这样一群鹤发童颜的老年人,他们通过广场舞不仅实现了自我赋权,还用自已的行动使广场舞成为赋权的手段,让这个城市越来越和谐美好。广场舞已超越了它本身的健身意义,让越来越老龄化的上海更加从容自信。很遗憾,本文主要关注赋权的自助层面,后续研究则可以进一步深入对互助和外部支持的赋权研究。

## 参考文献:

- [1] 邵兰燕. 广场舞的类型及其文化功能[J]. 福建艺术, 2011(5):60.
- [2] 于秋芬. 社区体育运动开展中权利冲突分析——以广场舞纠纷为视角[J]. 体育与科学, 2014(35):83-87.
- [3] 窦彦丽, 窦彦雪. 广场舞文化溯源与发展瓶颈[J]. 四川体育科学, 2013(2):92-94.
- [4] 许洪文, 聂胜男. 莆田市广场舞开展现状及发展对策研究[J]. 西昌学院学报(自然科学版), 2010, 24(04):107-111.
- [5] Rappaport J. Terms of Empowerment/ Exemplars of Prevention: Toward a Theory for Community Psychology[J]. American Journal of Community Psychology, 1987, 15(2):121-148.
- [6] Kieffer C.H. The Emergence of Empowerment: A Development of Participatory Competence Among Individuals in Citizen Organizations[D]. University of Michigan, 1981.
- [7] Swift C., Levin, G. Empowerment: An Emerging Mental Health Technology[J]. Journal of Primary Prevention, 1987(2):71-94.
- [8] Gutierrez L. M., Delois K.A., Glenmayer L. Understanding Empowerment Practice: Building on Practitioner-based Knowledge, Family in Society[J]. The Journal of Contemporary Human Services, 1995(9):534-542.
- [9] 范斌. 弱势群体的增权及其模式选择[J]. 学术研究, 2004(12):73-78.
- [10] 谢进川. 试论传播学中的增权研究[J]. 国际新闻界, 2008(4):33-37.
- [11] 丁未, 宋晨. 在路上: 手机与农民工自主性的获得[J]. 现代传播, 2001(9):95-100.
- [12] 王锡苓, 孙莉, 祖昊. 发展传播学研究的“赋权”理论探析[J]. 今传媒, 2012(04):14-17.
- [13] Zimmerman M.A. Psychological Empowerment: Issues and Illustrations[J]. American Journal of Community Psychology, 1995, 23(5):581-599.
- [14] A. Bandura. Social Foundations of Thought and Action: A Social Cognitive Theory[M]. Prentice-Hall, Englewood Cliffs, New Jersey, 1977.
- [15] 全国老龄工作委员会办公室. 中国人口老龄化发展趋势预测报告[R]. 北京: 全国老龄工作委员会, 2006.
- [16] 吴捷, 王晓庄, 李敬强, 张毕勇. 城市低龄老年人再工作价值观[J]. 中国老年学杂志, 2012(20):243-245.
- [17] 刘玉. 从“疏与堵”看广场舞健身文化发展[J]. 四川体育科学, 2014(3):107-111.

(责任编辑: 杨圣韬)