



西方休闲体育行为理论研究进展评析

黄聚云,晏妮*,孙一可

摘要: 本文在查阅文献的基础之上,对西方学界具有代表性的生命历程/周期理论、自我效能感理论、自我决断理论、跨理论模型、休闲制约因素理论、计划行为理论、休闲专门化理论和严肃休闲理论等8种休闲体育行为理论进行了述评,归纳了它们的特点、值得借鉴之处和局限性。

关键词: 休闲;休闲体育;休闲体育行为;理论

中图分类号: G80-05 文献标志码: A 文章编号: 1006-1207(2015)06-0025-06

Review on the Research Progress of the Western Leisure Sport Behavior Theories

Huang Juyun, Yan Ni, Sun Yike

(Shanghai University of Sport, Shanghai 200438, China)

Abstract: Based on extensive consultation of the relevant literature, the article reviews the 8 representative theories of leisure sport behavior, i.e., the theories of Life-course/Life-cycle, Self-efficacy, Self-determination, Trans-theoretical Model, Leisure Constraints, Planned Behavior, Recreation Specialization and Serious Leisure. It summarizes their characteristics, limitation and some theoretical points worthy of reference.

Key Words: leisure; leisure; leisure sport; leisure sport behavior; theory

以1899年凡勃伦发表《有闲阶级论》为标志,西方休闲学研究已经跨越了百余年历史,积累了丰富的理论基础和研究成果。当代中国正处于经济、社会、文化快速发展的时期,国民的休闲和体育需求日益增强,《国务院关于加快发展体育产业促进体育消费的若干意见》要求将全民健身上升为国家战略,大力培育健身休闲体育服务业,促进健身休闲项目的普及和提高,满足国民日益增长的休闲和体育需求。借鉴西方先进的经验提升国民休闲体育行为研究的质量,不仅是我国休闲体育学科发展的基础工作,也是服务国计民生的内在要求。本文以《Leisure Sciences》和《Journal of Leisure Research》等为主要文献来源,并参考其他相关论著,对西方休闲体育行为主要理论进行了述评,希望能为国内学界了解西方休闲体育行为研究有所助益。

1 西方休闲体育理论研究概况

西方休闲体育理论研究具有如下几个显著的特点:(1)在西方,休闲体育并非一个明确而独立的领域,休闲(leisure, recreation)是与体育(Sport, physical activity)既并列又相互交叉的概念,西方学界极少像国内学界那样使用“休闲体育”(leisure sport)这一术语,而更多地使用“休闲时间体育”(leisure-time sport)的表述方式,休闲体育研究实质上涉及和综合了休闲、体育、公园、旅游等多个领域,并从社会学、心理学、教育学、管理学等学科汲取理论营

养;(2)西方休闲体育理论主要关注的是学术主题而非政府的需要,主要旨在揭示和发展具有科学性或启发性的知识而非实用对策;(3)注重从前人学术研究的历史脉络之中挖掘和引申理论主题,而不是自说自话;(4)以经验主义和实证主义为支配范式,注重调查研究,将理论研究建立在经验研究的基础之上,提出和检验命题,发展有经验依据的概化知识,不提倡玄学式的思辨;(5)以人的休闲体育行为为核心主题,从公共服务、社会支持、动机需求、行为选择、行为过程、行为制约因素、行为变化机制、行为效应等多种角度进行研究,中观和微观研究较为丰富、扎实,注重发展中层理论。

进入21世纪之后,西方休闲体育理论研究呈现出如下的新动向:(1)在研究范式和方法论上,仍然以实证主义为主流,多元范式和多种方法论;(2)在理论上,跨学科理论整合更加普遍和重要;(3)在研究范围上,跨文化比较研究日益受到重视;(4)在研究层次上,继续由中观研究向着微观研究转移;(5)在研究主题上,休闲体育行为仍是关注的焦点和重心,“环境-人-文化”的互动更加受到重视;(6)在研究方法上,量化的研究方法继续占据优势,更加精细、高效地采集信息资料的各种技术、手段被采用,大数据和人工智能的价值将得到高度重视和广泛采用。

休闲体育行为在西方休闲体育研究中自始至终处于核心地位,相关研究手段多样、成果丰富,充分体现了西方休闲体育研究的以人为中心的特色。

收稿日期: 2015-11-19

基金项目: 上海市人民政府决策咨询研究项目(2014-D-13)

第一作者简介: 黄聚云(1975-),男,副教授、硕士生导师。主要研究方向: 体育社会学理论与方法、社会文化与体质健康。

* 通讯作者简介: 晏妮(1991-),女,在读硕士研究生。主要研究方向: 体育社会学。

作者单位: 上海体育学院体育休闲与艺术学院,上海 200438。



2 西方休闲体育行为代表性理论述评

2.1 生命历程/周期理论(life-course/life-cycle theory)

该理论将个体生命历程/周期视作一个有着内在规律和节律的人生阶段的变迁过程;不同阶段具有不同的身心及社会特点,需要扮演相应的角色、实施相应的行为、应对相应的问题;不同个体在人生阶段变迁及角色转换和适应上存在基本的共同模式,但又存在很大个体差异;重大的人生事件和经历制约、影响着人们的意识和行为。Levinson 将生命历程划分为 4 个“季节”:(1)儿童和青少年时期(23 岁之前);(2)成年早期(23~43 岁);(3)成年中期(44~63 岁);(4)成年晚期(64 岁以后)。Levinson^[1]将人生的发展看作是由稳定期和转换期交替构成的一系列循环排列的过程,在步入人生的新“季节”时通常要经历一个充满困窘的过渡期;稳定期的主要任务是对生活做出明确选择,重新规划生活,强化自身在生活中的位置;转换期的主要任务是要不断对现存生活方式提出质疑,从自身和社会的角度寻求新的可能性,调整当前的生活模式,促进新的生活模式的形成。

生命历程/周期理论将休闲体育参与视作一个基于年龄的不同人生阶段的主题及挑战的函数^[2-4]。从该理论视角出发主要思考的问题是:(1)个体休闲体育行为模式是如何随着人生阶段发展而变异的;(2)休闲体育行为模式随着人生阶段的变迁而变化的机制上是否存在性别、阶层等方面的群体差异。

Seppo E. Iso-Ahola 等人^[5]将随着生命历程而发生的休闲行为模式分成 4 种类型:添加者(添加了新的休闲活动)、持续者(持续早期的休闲活动)、替代者(用新的休闲活动替代旧有的休闲活动)、放弃者(放弃休闲活动);他们运用追踪研究数据发现,上述 4 种行为模式随着生命历程的变迁而呈现有规律的变化。

Mirja Hirvensalo 和 Taru Lintunen^[6]的研究表明:在学龄期间集中参与体育活动的情况是成年期体育参与至关重要的预测变量,特别是不参与要比参与更容易从青年带入成年;社会经济地位、居住空间和个体向上流动与体育参与存在显著关联;如果在成年早期阶段体育参与处于低水平,那么在以后的人生阶段体育就不易成为生活的一部分,蓝领、妇女和起始健康状况较差者尤其如此;此外,到老年,早期的体育经历以及性别是体育活动的决定性变量,退休为发起新的休闲体育活动提供了良好的机会;对自我决断三要素(自治、能力和联结)的重复性的强化支持对保持积极的体育参与是非常重要的,特别是处在诸如升学转学、更换工作、家庭结构变化等人生阶段的转换时期;随着时间的延续,体育参与上的积极与消极的两极分化现象递增。生命历程/周期理论提供了理解长时期休闲体育行为发展轨迹的理论框架和方法。

2.2 自我效能感理论(self-efficacy theory)

自我效能感是 Bandura^[7]提出的重要理论概念,它指的是人们对自己克服障碍和消极体验而执行特定任务的能力的信念。具有较高自我效能感的个体比自我效能感较

低者更倾向于付出更多的努力,尝试更多的挑战性任务,面临障碍和困难时继续坚持完成任务。自我效能感在体育的各种领域研究中被广泛涉及:一方面,它经常被作为自变量来预测特定的体育行为或者体育行为的特定属性,如体育锻炼的坚持性、耐受性^[8];另一方面,自我效能感被作为体育锻炼的因变量或者产出物来考察^[9];此外,自我效能感还被作为体育行为和社会支持的中介变量进行检视^[10]。Elizabeth 等人^[11]的研究表明:身体能力领域的自我效能感与老年人的休闲体育活动之间存在着显著的统计关联,为了促使老年人参与和坚持休闲体育活动,就有必要先增强老年人的自我效能感,特别是身体能力领域的自我效能感。

Andrew 和 Gary 利用和发挥了 Bandura 的自我效能感概念,构建了“休闲自我效能感”(Leisure Self-Efficacy)的理论概念,并将其操作化为 3 个量表:(1)休闲自由感量表(the Perceived Freedom in Leisure Scale)^[12];(2)内在休闲动机人格倾向量表(the Intrinsic Leisure Motivation Personality Disposition)^[13];(3)自娱自乐量表(the Self-as-Entertainment Scale)^[14]。Andrew 和 Gary^[15]的研究表明在社会化的 4 种介质(家庭、学校、社区、同伴)当中,同伴群体对男、女大学生的休闲自我效能感均有显著的影响,父母对女大学生的休闲自我效能感有显著影响。

2.3 自我决断理论(self-determination theory)

Stanley Parker^[16]从社会结构与个体行为之间关系变迁的角度对休闲的自主性、弹性、自我决断性进行了论述,认为休闲与非工作活动、休养等存在密切关系,但又大不相同;真正的休闲不仅意味着自由支配时间,也意味着按照自我意志而非给定的文化工业模式进行活动;自主性和自我决断是休闲的本质特征。

Denis Coleman 和 Seppo E.^[17]认为休闲参与从两种路径上有助于应对生活压力、维护健康:一是提供了可以预见的社会支持,二是反映和促进自我决断。休闲能给人带来自由、自我控制、胜任和内在动机等自我决断体验,这些体验对于提升人们的应对能力和健康具有重要价值。

Deci 和 Ryan 等人从实证研究的角度系统阐发了自我决断理论,将其发展成可操作化和检验的命题体系和分析框架。在 Deci 和 Ryan 等^[18-20]看来,人类存在 3 个基本的与生俱来的需要——胜任(competence)、自治(autonomy)和关联(relatedness):(1)胜任指的是在致力参与的活动中做到高效、有竞争力;(2)自治是指个体感受到的自身作为行为原点、源头以及为行为负责的程度;(3)关联是指个体感受到的与他人的互动、相关以及群体隶属的程度。

自我决断理论与其他的动机理论相比,更加强调和聚焦将人对于发展的内在动机与外在的行为规范控制相结合,认为满足个体与生俱来需求的欲望是行为的基础动机,但是这些动机并非想当然能实现的,因为外在因素可能强化或者阻碍了这些倾向的付诸行为。社会背景因素能够通过作用于 3 个基本的内在需求而影响人的动机,那些促进和满足这些需求的社会环境被自我决断理论相关文献冠以“自治支持型”的类型,这样的环境提供了选择,支持个人意志,减小压力和控制,正视和补偿负面感受(比如



给予同情), 提供参与活动所需的有意义的原理性知识及信息^[21]。

自我决断理论在体育和休闲研究中得到运用,用以解释体育教学(孙海春和陈昂,2010),青少年同龄追随行为(Peer followership),提升青少年野营计划效果的合理策略,女性的体育行为(Joan B. Landry and Melinda A. Solomon,2002)等^[22-24]。Kathy Lloyd & Donna E. Little^[25]将自我决断理论作为基本框架,用以解释女性在参与休闲体育时的心理上的幸福感如何被活动的社会背景影响的,他们发现:如果环境支持自我决断的基本元素胜任、自治和关联间的互动,那么女性参与休闲体育的心理幸福感会得到强化;参与者之间在活动时的互动也扮演了供养幸福感的重要角色。Nikos 和 Martin^[26]发现,那些接受自治支持型教师教学的学生要比那些控制条件下的学生在休闲体育活动的动机和参与度上均显著增强,自治的动机和意向吸纳和传导了在体育行为方面的干预效果;自我决断理论为干预学生休闲体育活动提供了有用的理论框架。

2.4 跨理论模型(Trans-theoretical Model)

跨理论模型是一种源自预防医学的理论框架,由 Prochaska 及其同事等^[27]系统阐发。该理论综合了多方面的理论来源,其核心内容涉及:(1)行为变化阶段:将个人行为变化分成前意向(precontemplation)、意向(contemplation)、准备(preparation)、行动(action)、保持(maintenance)和终止6个阶段(termination)。(2)行为变化过程,人们要想在行为变化上取得进展,就需要意识到改变的益处大于害处(决策平衡),有信心保持变化而不会回复到旧的不健康行为当中(自我效能感)。有10个方面的变化过程值得关注:(1)意识强化(Consciousness-Raising),通过关于健康行为的信息、教育和个人反馈增强意识;(2)戏剧缓解(Dramatic Relief),因为不健康的行为而感到恐惧、焦虑,当听闻人们如何能够转变成健康行为时而感到鼓舞和希望;(3)自我重估(Self-Reevaluation),认识到健康行为对他们是谁和想成为谁至关重要;(4)环境重估(Environmental Reevaluation),认识到他们的不健康行为会多么地影响他人,而如果他们能够转变的话又会给他人带来多么积极的影响;(5)社会解放(Social Liberation),认识到社会更加支持健康行为;(6)个体解放(Self-Liberation),相信自身能够改变和承担行动的义务;(7)帮助关系(Helping Relationships),发现那些愿意支持自己改变的人;(8)反向调节(Counter-Conditioning),减少不健康的行为方式,寻求健康的方式;(9)强化管理(Reinforcement Management),增加积极行为的奖励;(10)刺激控制(Stimulus Control),使用能够激发健康行为的提示、提醒^[28]。

跨理论模型起初主要是为了干预、戒断吸烟等负面行为,后来被用以研究体育锻炼、休闲等积极行为的达成和保持^[27],成为解释这些行为变化的应用最广泛的行为阶段理论模型^[29]。跨理论模型提出的6个行为阶段在体育、休闲等研究时一般只使用前5个阶段而不包括第6个“终止”阶段^[30]。由于跨理论模型是为了干预负面行为而提出的,而休闲体育活动是一种公认的较为积极的行为,因而

在解释的有效性上必然会受到一定影响^[31]。

2.5 休闲制约因素层级理论(the hierarchical Leisure Constraints Theory)

制约因素指的是那些限制人们参与或享受休闲的因素,可以分成个体内、个体间和结构3个层面^[32,33]。个体内因素主要指的是那些与休闲偏好有关的个体的心理状态或属性^[32],这些因素存在于个体身上,包括缺乏自我效能感、兴趣、身体能力以及压力、焦虑和沮丧^[34];个体间因素发生于个体间的社会互动和社会关系^[32];结构因素包括了设施的可利用性、机会、经济成本、时间、工作、气候、家庭义务、健康和交通等^[35]。3个层面的制约因素既互相区分又互相联系,共同作用于个体参加休闲活动的决策形成过程。Crawford 等^[33]提出了3个相关的命题:(1)休闲制约因素按照个体内、个体间和结构上的顺序形成一个由内到外的层级结构;(2)这一层级结构反映了制约因素从最紧要、最强力到最边远的重要程度序列;(3)这一层级结构也代表了社会权益的顺序,紧密关联着个体在社会中的地位、收入、教育程度和性别等。

Jackson, Crawford 和 Godbey^[36]后来修改和拓展了他们的层级结构模型,提出人们通过成功地调适休闲制约因素可以享受休闲参与,对休闲制约因素的成功调适受到个体的动机力量与可预见的制约之间的互动的的影响。当人们的动机足以克服休闲制约因素时人们就能够参加休闲活动。这一理论命题被称作休闲参与的调适命题。Hubbard 和 Mannell^[37]扩展了休闲调适命题,他们提出了4个休闲调适模型:独立模型、调适缓冲模型、“限制-效应-缓解”模型和“预见-限制-消减”模型。休闲制约因素理论成为休闲体育研究当中具有重要影响和得到广泛应用的理论命题^[38]。

休闲制约因素层级理论对休闲体育研究的重要启示在于:(1)它提供了一种贯通宏观、中观和微观的分析框架,使学界可以将影响人们休闲体育参与的不同层面的因素纳入一个整体的理论框架之中加以考察;(2)它将休闲体育参与的各种影响因素进行了结构化归类;(3)它发展出分析休闲体育参与影响因素的多种可检验的命题。

2.6 计划行为理论(the theory of planned behaviour)

计划行为理论主要由 Ajzen 等学者提出。计划行为理论将意向分成3个方面:(1)对待行为的态度,指人们对特定行为所做的喜欢或不喜欢的评价的程度;(2)主体规范,指实施或不实施特定行为可以预见的社会压力;(3)对预期行为的控制,指个体实施特定行为预期的难易程度。一般而言,个体对特定行为的态度越积极,社会规范对该行为越支持,预期行为控制力越大,则个体实施该行为的意图就越强。

计划行为理论因为模型清晰、可操作化程度高、解释力强,自提出后受到学界重视,被应用于广泛的研究领域,如锻炼行为、粉丝行为、休闲行为等^[39-41]。

Ajzen 和 Driver 运用依据计划行为理论制定的问卷对一批学生的休闲体育活动(海滩活动、慢跑、爬山、划船和



骑自行车)的态度、主体规范、行为控制、行为意向和参加行为等进行了调查,发现调查对象的态度、主体规范、行为控制决定着休闲体育的行为意向,而行为意向决定着休闲体育行为;人们对休闲体育活动可能同时持有工具性和情感性的态度,在工具性态度方面体验和预见到的成本、收益受到情感性态度的左右(Ajzen和Driver,1992)。Krzysztof^[41]运用计划行为理论对303名波兰青少年学生的休闲体育活动进行了预测,发现:休闲体育的行为意向是休闲体育活动的显著的解释变量,而行为态度、行为控制、主体规范是休闲行为意向的显著解释变量。这一发现支持了计划行为理论的基本命题,并提供了如下的政策依据:在青少年休闲体育的教育干预上,应聚焦形塑青少年对休闲体育的态度、增强他们对休闲体育行为的控制力。Chih-Fu Cheng等人运用计划行为理论对623名棒球“粉丝”的观看行为进行了研究,发现态度和可预见的行为控制通过行为意向对比赛观看行为产生显著影响;但是主体规范并不能显著地预测行为意向,可预见的行为控制也不能直接预测比赛观看行为^[40]。

计划行为理论为休闲体育行为的预测性研究提供了可操作、可检验的理论命题。目前从计划行为理论视角所作的研究多为定量研究,尽管不同学者的具体发现存在差异,但普遍表明了计划行为理论在休闲体育行为研究上的解释力。

2.7 休闲专门化理论 (the theory of recreation specialization)

休闲专门化理论较早由Bryan提出,Bryan在研究鳟鱼钓鱼爱好者时发现,该爱好者群体并非一个均匀分布、分享共同规范的群体,而是存在各种内部分化,表现出在观念、行为、技巧和规范上的各种差异,而这些差异似乎都与钓鱼爱好者参与这项运动的时间和程度等密切相关。那些铁杆爱好者具有一种与职业人忠于自己本职工作一样的热情和特质,他们似乎在休闲领域发展出一种“职业阶段”进程^[42]。

休闲专门化理论是一种关于个体休闲素养增长变迁的理论,它认为人们作为门外汉参与到休闲活动中,学习基本的技巧、能力,增长关于活动的知识,调适对活动的认同和期望;随着经验的生长,他们会变得更加精通和擅长^[43],更加偏爱专门化的环境和装备^[44],发展出对活动的强烈的个人认同,并扩展形成一个对该活动有着同样参与热情的朋友圈^[43-45]。

休闲专门化被视作一个由多个特定阶段构成的连续统一体,休闲者在休闲活动上越是专门化,他们就越依赖休闲专门化连续统一体中的特定资源。当爱好者对休闲的参与达到了连续统一体的“专家”的一端时,他们对活动上的独特性的偏好更加突显,并日渐依赖休闲参照群体的象征性的鼓励和强化(例如认同)。休闲专门化过程需要通过观测一系列跨时间节点的心理、行为指标来进行操作化研究。Chi-Ok Oh、Seong Ok Lyu和William E. Hammitt^[46]使用了一个包括3个基本维度的量表来测评休闲专门化:(1)行为(例如过去的经验、装备投资等);(2)认知(如技巧、

知识等);(3)义务(如持久的参与、在生活方式的中心地位、重要性等);并发现休闲专门化程度与特定的空间依恋存在显著关联。

2.8 严肃休闲理论(the theory of serious leisure)

严肃休闲的概念较早由Stebbins阐发,Stebbins^[47]将休闲视作一个介于随意休闲(casual leisure)和严肃休闲(serious leisure)之间的连续统一体(The casual leisure-serious leisure continuum,简称CL-SL)。提出:(1)随意休闲是即时性的、短暂的、愉悦的休闲活动,需要很少或不需要专门的训练,是以享乐主义为基础的,随意休闲包括了玩耍嬉戏、放松休憩(静坐、小睡、散步)、被动娱乐(如看电视、读书、欣赏音乐)、积极娱乐(如概率游戏、party游戏)、社交对话和知觉刺激(如性交、饮食),随意志愿活动也是一种随意休闲^[48]。(2)严肃休闲是指参加者将休闲作为生涯的重要核心活动进行系统地追求,从中获得和展现特定的技巧、知识和经验^[49]。形容词“严肃”包含了热心(earnestness)、真诚(sincerity)、重视(importance)和慎重(carefulness)等含义。严肃休闲主要包括业余活动、爱好活动和志愿活动3个方面;严肃休闲不仅是快乐体验的来源,也是当事人自我实现的重要手段。从事严肃休闲的人主要包括:业余人士(amateurs),他们是对休闲活动具有高度热情的人,他们不同于普通爱好者的地方是具有高度的专业自我认同,不同于职业人士的地方是他们不以此为主要收入来源;爱好者(hobbyists),包括收藏家、制作和改装家、非竞争性活动参加者、体育运动参加者、文学艺术爱好者5个子类;志愿者(volunteers);职业献身者(Occupational devotees),出于信念而献身于所爱好的活动当中,对活动具有高度的热忱和成就感,对这部分人而言难以区分工作和休闲。(3)严肃休闲与随意休闲的主要区别在于6个方面:坚持活动的需要;休闲生涯的可行性;努力获得技巧和知识的需要;认识到多种专门的益处;特定的规范和社群;具有吸引力的人格和社会认同^[50,51]。

严肃休闲的提出对于深化休闲认识具有重要的启发价值,以往的休闲观更关注放松、休息、获得快乐、自由支配时间等这些相对“肤浅”的功效,而这些功效总是与消费主义、物化、感官享受等存在千丝万缕的联系,对于那些关注生命深层价值和意义的人而言,这样的“休闲”是令人沮丧和缺乏魅力的;而严肃休闲理念揭示了一个更加宽广、深刻、充实的休闲世界,增加了休闲的吸引力。

3 小结

本文所述评的生命历程/周期理论、自我效能感理论、自我决断理论、跨理论模型、休闲制约因素理论、计划行为理论、休闲专门化理论和严肃休闲理论,具有如下的共同特征:(1)它们都综合了多种学科理论来源;(2)它们都属于中层理论;(3)都发展出一系列可检验的命题;(4)都以定量研究技术为基础;(5)都以体育行为为适用主题。这样的理论有助于贯通经验研究与理论研究、应用研究与学理研究,促使学科知识点“簇状”增长,这是非常值得国内学界借鉴的。另外,自我效能感理论、自我决断理



论、计划行为理论等高度强调调查对象的主体能动性,并发展出非常精细的量表测评技术,这与国内同类主题研究普遍忽视调查对象主体能动性导致的“见体育不见人”、“有体育逻辑而无生活逻辑”的弊病形成鲜明对比。

当然,这些理论并非完美。本文所述评的 8 种休闲体育行为理论都是在西方思想文化背景下形成和发展的,它们几乎都奠基基于研究对象为“理性人”的基本预设之上,即研究对象具有“足够”的心智能力进行认知和行为调控以适应内外环境,这夸大了个体理性的作用,相对忽视了文化传统、社会互动、社会分层、意识形态等的影响;这些理论或多或少都假定研究对象是追求“个人效用”的,这与中国文化注重家庭、国族的传统大相径庭。有鉴于此,国内学界应采取扬弃的态度,在吸收这些理论营养的同时也要警惕其不足。

休闲体育的理论研究不仅要反映社会现实,而且也以现实为依据,并受制于现实。近年来人类社会的一些重大变革将会对休闲体育理论研究产生深刻影响;网络社会的崛起,显著改变了人们的日常生活,人们的休闲观念和方式受到网络世界的模塑;网络化休闲将占据统治地位;网络世界的数字化特性使得搜集大数据分析网络休闲行为成为可能;东、西方经济活力及发展势头呈现此消彼长态势,西方世界在经济上出现了严重的问题和危机,世界经济发展的中心开始向亚洲转移,这必将给西方世界的社会文化造成影响,并反映到学术研究当中,有可能导致休闲体育研究的去西方中心化。

参考文献:

[1] Levinson D. J.(1978).The season of a man's life[M]. *New York: Alfred A.Knopf.*

[2] Rapoport R., Rapoport R. N..(1975). Leisure and the family life cycle[M]. *London: Routledge & Kegan.*

[3] Kelley J. R..(1983). Leisure identities and interactions[M]. *London: George Allen & Unwin.*

[4] Kelley J. R..(1987). Peoria winter: Styles and resources in later life[M]. *Lexington, MA: Heath.*

[5] Seppo E.(1994) Starting, ceasing, and replacing leisure activities over the life-span[J].*Journal of Lesiure Research*, 26(3):227-249.

[6] Mirja Hirvensalo, Taru Lintunen. Life-course perspective for physical activity and sports participation[J]. *Eur Rev Aging Phys*, 10(8): 13 - 22.

[7] Bandura A.(1977). Self-efficacy: toward a unifying theory of behavior change[J]. *Psychological review*, 84: 191-215.

[8] Mcauley E.(1993). Self-efficacy and the maintenance of exercise participation in older adults[J]. *Journal of Behavioral Medicine*, 16: 103-113.

[9] Mcauley E., Coumeya K.S., Lettunich J.(1991). Effects of acute and long-term exercise on self-efficacy responses in sedentary, middle-aged males and females[J]. *The Gerontologist*, 31: 534-542.

[10] Duncan T., Mcauley E.(1993). Social support and efficacy cognitions in exercise adherence: a latent growth curve analysis

[J]. *Journal of Behavioral Medicine*, 16: 199-218.

[11] Elizabeth M., Orsega S., Laura L.(2007). The role of social support and self-efficacy in shaping the leisure time physical activity of older adults[J]. *Journal of Leisure Research*, 39(4): 705-727.

[12] Ellis G. D., Witt P. A.(1986). The leisure diagnostic battery: Past, present, and future[J]. *Therapeutic Recreation Journal*, 20: 31-47.

[13] Weissinger E.(1986). The development of a scale to measure individual differences in orientation toward intrinsic leisure motivation. Proceedings of the 1986 Symposium on Leisure Research[C].Arlington,Va: National Recreation and Park Association.

[14] Mannell R.(1984). Personality in leisure theory: The self-as-entertainment construct[J]. *Society and Leisure*, 7: 229-242.

[15] Andrew E.H., Gary D.E.(1992). Influence of agents of leisure socialization on leisure self-efficacy of university students[J]. *Journal of Leisure Research*, 24(2): 114-126.

[16] Parker S.(1981). Change,flexibility,spontaneity,and self-determination in leisure[J]. *Social Force*, 60(2): 323-331.

[17] Denis C., Seppo E.I.1993. Leisure and health: the role of social support and self-determination[J]. *Journal of Leisure Research*, 25(2): 111-128.

[18] Deci E.L.(1980). The psychology of self-determination[M]. *Lexington, MA: DC Heath.*

[19] Deci E.L., Ryan R.M.(1985). Intrinsic motivation and self-determination in human behavior[M]. *New York: Plenum.*

[20] Deci E.L., Ryan R.M.(2002). Handbook of self-determination research[M]. *Rochester, NY: University of Rochester Press.*

[21] Nikos N., Martyn S.(2009). Morality in Sport: A Self-Determination Theory Perspective[J]. *Journal of Applied Sportpsychology*, 21: 365-380.

[22] Peter W.(2010). Adolescent peer followership: a self-determination theory perspective[J]. *Journal of Park and Recreation Administration*, 28(2): 22-35.

[23] Mark F.R., Gary D.E.(2009). Effect of self-determination theory based strategies for staging recreation encounters on intrinsic motivation of youth residential campers[J]. *Journal of Park and Recreation Administration*, 27(4): 1-16.

[24] Joan B.L., Melinda A.S.(2002). Self-determination theory as an organizing framework to investigate women's physical activity behavior[J]. *Quest*, 54: 332-354.

[25] Kathy L.L., Donna E.L.(2010). Self-determination theory as a framework for understanding women's psychological well-being out-comes from leisure-time physical activity[J]. *Leisure Sciences*, 32: 369 - 385.

[26] Niko L.D., Chatzisarantis, Martin S. H.(2009). Effects of an intervention based on self-determination theory on self-reported leisure time physical activity participation[J]. *Psychology and Health*, 24(1): 29 - 48.

[27] Prochaska J. O., Marcus B. H.(1994). The tran theoretical model: Applications to exercise[C]. In R.K. Dishman (Ed.), *Advances in exercise adherence*, Champaign,IL: Human Kinetics.

[28] Wikipedia. Trans Theoretical Model[EB/OL]. http://en.wikipedia.org/wiki/Transtheoretical_model.



- [29] Brug J., Conner M., Harr' e N., et al(2005). The trans theoretical model and stages of change: A critique[J]. *Health Education Research*, 20: 244 - 258.
- [30] Buckworth J., Dishman R. K.(2002). Exercise Psychology[M]. *Champaign, IL: Human Kinetics*.
- [31] Anthony A. B., Daniel C. F.(2008). An evaluation of theoretical frameworks for studying physically active leisure[J]. *Leisure Sciences*, 30: 53-70.
- [32] Crawford D. W., Godbey G.(1987). Reconceptualizing barriers to family leisure[J]. *Leisure Sciences*, 9: 119-127.
- [33] Crawford D. W., Jackson E. L., Godbey G.(1991). A hierarchical model of leisure constraints[J]. *Leisure Sciences*, 13: 309-320.
- [34] Hudson S.(2000). The segmentation of potential tourists: Constraint differences between men and women[J]. *Journal of Travel Research*, 38: 363-368.
- [35] Laura W., Karen D.(2012). Constraints and Negotiation Processes in a Women's Recreational Sport Group[J]. *Journal of Leisure Research*, 44: 463-485.
- [36] Jackson E., Crawford D., Godbey G.(1993). Negotiation of leisure constraints[J]. *Leisure Sciences*, 15: 1-11.
- [37] Hubbard J., Mannell R.(2001). Testing competing models of the leisure constraint negotiation process in a corporate employee recreation setting[J]. *Leisure Sciences*, 23: 145-163.
- [38] Geoffrey G., Duane W. C., Xiangyou S. S.(2010). Assessing hierarchical leisure constraints theory after two decades[J]. *Journal of Leisure Rese.*, 42,111-134
- [39] Conner M., Armitage C. J.(1998). Extending the theory of planned behaviour: a review and avenues for further research[J]. *Journal of Applied Social Psychology*, 28: 1429-1464.
- [40] Chihfu Cheng(2012). Fan participation behavior in baseball: an application of the theory of planned behavior[J]. *International Journal of Sports Marketing & Sponsorship*, 22-33.
- [41] Krzysztof S. N.(2006). Application of the theory of planned behavior in predicting leisure time physical activity of Polish adolescents[J]. *Human Movement*, 7(2):105-110.
- [42] Bryan H.(1977). Leisure value systems and recreational specialization: The case of trout fisherman[J]. *Journal of Leisure Research*, 9: 174-187.
- [43] Williams D. R., Schreyer R., Knopf R.C.(1990). The effect of experience use history on the multidimensional structure of motivations to participate in leisure activities[J]. *Journal of Leisure Research*, 22: 36 - 54.
- [44] Virden R.J., Schreyer R.(1988). Recreation specialization as an indicator of environmental preference[J]. *Environment and Behavior*, 20: 721 - 739.
- [45] Ditton R.B., Loomis D. K., Choi S.(1992). Recreation specialization: Re-conceptualization from a social world perspective[J]. *Journal of Leisure Research*, 24: 33 - 51.
- [46] Chi-ok OH, Seong-ok LYU, William E. H.(2012). Predictive linkages between recreation specialization and place attachment [J]. *Journal of Leisure Research*, 44(1): 70-87.
- [47] Stebbins R.A.(1979). Amateurs: On the margin between work and leisure[M]. *Beverly Hills, CA: Sage Publications*.
- [48] Stebbins R. A.(1997). Casual leisure: A conceptual statement[J]. *Leisure Studies*, 16(1): 17-25.
- [49] Stebbins R. A.(1982). Serious leisure: A conceptual statement [J].*Pacific Sociological Review*, 25, 251-272.
- [50] Stebbins R. A.(1992). Amateurs, professionals and serious leisure [M].Montreal, QC: McGill-Queen's University Press.
- [51] Stebbins R. A.(1996). Volunteering: A serious leisure perspective[J].*Nonprofit and Voluntary Action Quarterly*, 25: 211-224.

(责任编辑:杨圣韬)