

ZHIXING YANJIU:
TIYU YU JIANKANG DE SHIJIAO

质性研究： 体育与健康的视角

蔡磊◎著



 郑州大学出版社

ZHIXING YANJIU:
TIYU YU JIANKANG DE SHIJIAO

质性研究： 体育与健康的视角

蔡 磊◎著



图书在版编目 (CIP) 数据

质性研究：体育与健康的视角 / 蔡磊著. — 郑州：
郑州大学出版社，2017.3

ISBN 978 - 7 - 5645 - 4036 - 4

I. ①质… II. ①蔡… III. ①体育锻炼—研究 ②健康
—研究 IV. ①G806 ②R161

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2017) 第 044921 号

郑州大学出版社发行

郑州市大学路 40 号

邮政编码：450052

出版人：张功员

发行部电话：0371 - 66966070

全国新华书店经销

北京市金星印务有限公司印刷

开本：787mm × 1092mm 1/16

印张：13

字数：180 千字

版次：2017 年 7 月第 1 版

2017 年 7 月第 1 次印刷

ISBN 978 - 7 - 5645 - 4036 - 4 定价：49.00 元

本书如有印装质量问题，由本社负责调换

前 言

质性研究 (qualitative research) 具有悠久的历史, 可以追溯到古希腊时期 (前 800—前 146)。在这一时期, 古希腊作为人类文明的一个重要发源地, 在政治、经济、科技、文化、教育、艺术等方面, 都取得了辉煌的成就, 其文明可以说是西方文明的源头, 学界称之为“希腊文化”“古希腊文明”或“海洋文明”。在这个时期, 古希腊就有了如民族志的研究, 也就是质性研究的早期类型。那么何谓民族志? 简单来讲就是研究一个民族、一个部落、一个群落、一群人、文化群体, 并描绘这个群体的生活方式、习俗、态度、思维方式、行为方式等的详细现象。在理解质性研究的方法论方面, 一般认为, 它是以研究者本人作为研究工具, 在自然情境下, 采用多种资料收集方法 (如访谈、观察、实物分析), 对研究现象进行深入的整体性探究, 从原始资料中形成结论和理论, 通过与研究对象互动, 对其行为和意义进行建构, 获得解释性理解的一种活动。^① 对于质性研究的名称, 还有一些说法, 如“质的研究”“质化研究”以及“文化人类学方法”等。

在社会科学研究领域, 质性研究被认为是一种定性研究, 也有人认为其是一种思辨的论述研究。然而, 从它的研究过程、研究范式、研究

^① 参见 [美] 凯西·卡麦兹《建构扎根理论: 质性研究实践指南》, 重庆大学出版社 2009 年版。

所形成的结论来看，并不是来自某一个哲学体系、某种理论或者某一个研究的传统，而是对一些社会现象的深入挖掘与梳理，并从中探寻其根本规律与解释的方法论体系。因此，它具有探索社会现象、社会意义显现以及挖掘总体和深层次社会文化结构的作用。（陈向明，2000）^① 对于质性研究的理解，可以从以下几个视角来探索：质性研究是什么？质性研究能够解决哪些问题？何种问题适用质性研究？质性研究的方法体系如何？质性研究的过程是什么？如何形成研究结论？等等。

如果说质性研究在社会学领域的应用获得广泛认可，那么体育学作为社会学的一个交叉领域，是否能够受益于质性研究呢？也就是说，在体育学领域，能否采用质性研究的理论、方法以及形成结论等，对体育以及人们的健康促进方向进行深入的探索，从另一个视角来分析与解释体育领域的各种现象、问题等？

质性研究是一种定性的研究，它与以往我们在体育及健康领域的研究在很多方面有所不同。以往我们在体育科学研究领域注重对问题的量化统计与分析，并出现了大量的研究成果，同时也解释了众多的现实问题，然而，我们也不难发现，在这些汗牛充栋的研究结论中，有很多是这样解释问题的，如：某某年的适龄人群身体素质水平与某某年相比有明显差异（ $P < 0.05$ ），有较大程度下降，成年女性参与体育锻炼的人群与成年男性相比差异明显，究其原因，列举很多，且都是在统计分析前的调查中设置的一些具体的，让被研究对象对号入座的原因，如果有些问题没有出现在所设置的问卷中，可能就石沉大海，永远也不会有研究者去面对。而质性研究的一个重要观点就是，决不首先设置或者引导被研究者的心理走向，而是通过与被研究者的深度交流与沟通，利用访谈的方法将被研究者的真实想法呈现出来，从而使得研究获得众多的深度心理信息，而这些信息正是研究所需要的，或者是急切盼望得到的。

^① 参见陈向明《质的研究方法与社会科学研究》，教育科学出版社2000年版。

这种信息超越了研究者自我臆造、设计，同时也超越了不符合实际的主观引导，它既来自被研究者的内心，又是对问题以及现象的真实写照。但这样的研究往往使得研究者出现困惑：我们开始认为这样的现象产生的原因是某某，然而，从被研究者获得的信息却与我们开始的假设大相径庭，甚至颠覆假设，这是为什么呢？从研究的角度来看，研究课题最初的设计以及设计的路线与被研究者实际不吻合，难道要重新思考这个问题的研究思路吗？是的，自然界一切事物的科学性规律具有绝对性和唯一性，也即众多假设中只有一个是对的，它不以任何外在因素为转移，科学研究只可能有一个最为科学的回答。我们认为通过质性研究，可以更全面、准确地解释体育研究领域的一些深层次的问题，从而使得研究结论更符合被研究者的真实，而非停留在宏观领域的概括性解释，这种概括性解释往往会对我们的决策者以及实践者的行动产生副作用，甚至引导事物的发展沿着一条错误的道路进行。

任何一种研究方法都有其科学性的一面，同时也存在不足之处，质性研究也同样遵循这样的规律。学术界对于质性研究的质疑一直伴随在其发展的过程中。首先，是质性研究的理论取向。由于质性研究发源于不同的理论流派和学科传统，它注重对研究对象做后实证主义、经验主义的考察与分析，强调自然主义传统，较为注重对研究结果的真实性和可靠性的探究，使得研究过于具体化、个性化。而多数学者认为社会的世界中难以存在“客观真实”，社会习俗、社会规则等都是人为构建的，是人们主观采取的，人和社会之间所建立的交互与交往是一种生成的过程。这是一种建构主义的立场。而且质性研究关注研究者与被研究者之间的主体间性与视域融合，这导致了研究注意中的权力关系受影响。其次，是定性研究与定量研究的交锋。质性研究被认为是一种传统的定性研究，是根据社会现象或事物所具有的属性和在运动中的矛盾变化，从事物的内在规定性来研究事物的一种方法或角度；而定量研究是指确定事物某方面量的规定性的科学研究，就是将问题与现象用数量来表示，

进而去分析、考验、解释，从而获得意义的研究方法和过程。这两种研究解决了两个互不相同的问题，定量研究解决了“是什么”的问题，而定性研究则解决“为什么”的问题，因此在社会学研究领域，就自然而然形成了两种不同风格的研究范式。在一段时间内，这两种研究各领风骚，相互斗争，在一定意义上，量化研究方法居于上风，但是谁也没有占据绝对主宰地位。直到 20 世纪 50 年代，量化研究学者（M. Trow）提出应吸收别的研究方法的长处，推动社会学研究发展，使得两种研究开始融合，进入了另一个发展时期，即质性与量化结合阶段。1979 年，库克（T. Cook）和理查德特（C. Reichardt）使用量化与质性结合的方法进行教育评估的论文发表，以及之后的多次学术交锋，使得质与量的斗争走到尽头，开始了二者相互学习、取长补短的时代。

随着学术研究的不断深入，以及学术规范的不断提高，质性研究呈现了多个发展趋势。首先，研究的规范性得到提升。质性研究的初始阶段，研究者往往认为其可以无限制地研究社会存在的各种现象以及问题，随意地进行研究设计，但是这种随意性往往导致研究结论与被研究者存在的实际偏差过大，没有反映真实的客观存在，也就说研究中的随意性是不切合实际的。因此，研究者开始不断规范研究的程序与过程，使得研究在一个相对稳定的状态与环境下获得实效。其次，技术革命下的多学科结合。随着人类社会进入信息化社会，传统的方法与新技术相结合成为解决繁杂事务性工作的捷径，也成为提高工作效率的重要手段。质性研究在整理资料、深度访谈、编码提取、归类等过程要利用信息化技术提高精准程度，从而实现其研究目标。再次，在解释社会现象发生的“为什么”的问题的同时，利用量化分析对原因进行进一步的分析。同时，质性研究的发展也为量化分析能够深度解析其研究结果提供了更好的途径，二者的互为补充，使得社会学研究进入新的高度。最后，质性研究的不断深入，促进了各学科的融合与交叉。质性研究虽是社会学领域的研究，但应用范围正在不断扩充，在自然科学领域，对很

多解释性现象，研究者也正在利用质性研究进行分析。质性研究促进了各学科的交叉与融合，使得研究更具有广泛性、融合性、前瞻性，更有利于促进人类社会的进步与发展。科学是没有界限的，追求真理的步伐永远是研究者进取的指针；质性研究会不断被赋予新的力量，不断呈现新的形态，不断为人类发展与进步做出贡献。

蔡 磊

目 录

第一部分 绪论

第一章 质性研究的诠释	3
第一节 理解质性研究含义	3
第二节 质性研究发展变化	5
第三节 定义质性研究	6
第二章 质性研究背景	8
第一节 质性研究在西方	9
第二节 国内质性研究的发展历程	12
第三节 质性研究的种类	16
一 按照研究策略划分	16
二 按照研究者的立场划分	18
三 按照经常探讨的问题划分	21
四 按研究路径划分	24
第四节 质性研究的发展趋向	25
一 深入探索与把握“理解”和“解释”的精髓	26
二 进一步思考方法、理论与问题的关系	26
三 研究的范围不断拓展,规范性更加提高	27
四 做质性研究的行动者	28

第三章 体育与健康领域质性研究现状及意义	29
第一节 体育领域近期出现的质性研究	29
第二节 女性研究	32
第三节 学校体育研究	34
第四节 心理研究	35
第五节 体育与健康领域质性研究的意义	36

第二部分 质性研究方法

第四章 深度访谈	41
第一节 深度访谈的含义	42
第二节 深度访谈的类型	43
一 按照访谈结构划分	43
二 按照访谈情境划分	48
三 按照交流方式划分	49
四 按照受访者群体数量划分	50
第三节 访谈的准备工作	51
一 访谈时间和地点的确定	51
二 了解访谈者的情况	52
三 优化访谈大纲	53
四 协商相关事项	55
第四节 访谈艺术	56
一 访谈中的提问和追问	56
二 访谈中倾听的技巧	63
三 访谈中回应的技巧	65
第五节 访谈记录	72

第五章 扎根理论	78
第一节 搜集数据	78
一 获取资料要注意通过方法进行观察	80
二 追求资料的质量	81
三 搜集数据	83
四 访谈过程	85
五 文本分析	87
第二节 数据编码	90
一 初始编码	90
二 聚焦编码	97
三 轴心编码	99
四 理论编码	100
第三节 撰写备忘录	103
第四节 理论抽样	110
一 理论抽样的理解	111
二 理论抽样饱和	113
三 理论抽样的分类、整合及图示	114
第五节 建构扎根理论	117
一 什么是理论	117
二 构建扎根理论的两种观点	118
三 构建扎根理论	119
第六章 焦点团体	123
第一节 什么是焦点团体	123
第二节 焦点团体的研究方法	126
一 数据资料的补充	126
二 组内与组间的相互作用	127

三 参与者	128
四 激励机制	129
第七章 个案研究	130
第一节 个案研究的含义与特点	130
一 个案研究的含义	130
二 个案研究的特点	132
第二节 个案研究的技术	132
第三节 个案研究资料的两面性	135
一 个案研究资料	135
二 个案研究资料的两面性	136
第八章 民族志	138
第一节 民族志的理论概述	138
一 民族志的含义	138
二 研究对象与性质	139
三 地位与功能	140
第二节 民族志的内容	142
一 被研究对象的基本状况	142
二 研究对象的社会结构	143
三 研究对象的政治活动	143
四 研究对象的经济活动	143
五 研究对象的家庭	144
六 研究对象的社会组织	144
七 研究对象的风俗习惯	145
八 宗教信仰	145
九 交流与交际	146

十 研究对象的文化与技术	146
十一 历法	146
十二 其他	146
第三节 民族志的撰写方法	147
一 撰写的步骤	147
二 撰写的章节	148
 第九章 行动研究	149
第一节 解析行动研究	150
一 行动研究的含义	150
二 行动研究的特征	151
第二节 行动研究理论体系	153
一 解释学理论	153
二 实用主义理论	154
三 反思与认知理论	154
第三节 行动研究的实施程序与应用	155
一 行动研究的实施程序	155
二 行动研究应用	157

第三部分 体育与健康领域的应用实践

第十章 体育与健康研究的几个方向	163
第一节 竞技体育研究方向	163
第二节 运动心理学方向	165
第三节 体育教育方向	166
第四节 女性体育与健康研究	168

附录 体育教师群体边缘化相关原因的质性研究	170
参考文献	187
后 记	191

第一部分 绪论



第一章 质性研究的诠释

社会学研究方法分为质性研究与量性研究两种。一般而言，质性研究以解释现象为研究导向，其焦点是构建和维持有意义、复杂、有细微差别的过程，并具有一定规则和惯例，且依赖于研究者的判断力、创造力、洞察力去进行综合性、精细化的深度分析。构建的意义就像蜘蛛结网，或者某些酶合成蛋白质一样。质性研究是一个强大的工具，会使我们从生活中以及生存的社会历史背景中学到更多的东西。

第一节 理解质性研究含义

对于质性研究的含义，国内外众多学者都从不同角度、不同的深度、不同的学科进行了分析以及定义。这首先源于西方 20 世纪 90 年代出版的大量与质性研究有关的研究成果。华东师范大学社会学研究所文军教授在其著作《质性研究概论》中对先期成果进行了系统性划分：“一类是从研究策略的层次来阐释质性研究的含义，一类是从质性研究所具有的动态与意义的特质来进行解释的。”^① 从研究策略的层次来解

① 文军、蒋逸民主编：《质性研究概论》，北京大学出版社 2010 年版。