

主编 辛建荣 毕华 陈扬乐

休闲学概论

罗艳菊 申琳琳 编著



主编：辛建荣 毕华 陈扬乐

休闲学概论

罗艳菊 申琳琳 编著

 哈尔滨工程大学出版社
Harbin Engineering University Press

图书在版编目 (CIP) 数据

休闲学概论 /罗艳菊, 申琳琳编著. — 哈尔滨: 哈尔滨工程大学出版社, 2011.11

ISBN 978-7-5661-0144-0

I. 休… II. ①罗… ②申… III. 闲暇社会学—概论 IV. C913.3

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2011)第 212977 号

出版发行 哈尔滨工程大学出版社
地 址 哈尔滨市南岗区东大直街 124 号
邮政编码 150001
发行电话 0451-82519328
022-60266518
传 真 0451-82519699
022-60266517
经 销 新华书店
印 刷 北京市文林印务有限公司印刷
开 本 787 mm × 1 092 mm 1/16
印 张 12.75
字 数 234 千字
版 次 2012 年 1 月第 1 版
印 次 2012 年 1 月第 1 次印刷
定 价 25.00 元
<http://press.hrbeu.edu.cn>
E-mail: heupress@hrbeu.edu.cn

序 言

有许多人，包括我和我的同仁，总想对旅游说点什么——对旅游的认识、感悟、理解，总想为旅游做点什么——探索旅游学科体系的建设、完善和科学化。旅游已经成为人类生活密不可分的一部分，是社会、经济发展的必然产物，是社会生产力发展的新的需求方式，即现代人类社会、经济、文化发展到一定历史阶段的特定生活现象。

旅游是“行万里路，读万卷书”。我们把自然、人生、社会作为万卷百科全书，通过旅游真正认识、了解博大精深的天、地、生、人。

旅游活动在经历了漫长的历史演进后，直到近代旅游的兴起，人们才真正对旅游开展学术性的研究，所以她是年轻的。由此为旅游业和旅游学科的发展提供了平台和空间。尤其是现代旅游活动与旅游业的发展，其参与的广泛和发展的迅速是空前的，这说明旅游活动已经成为人类社会不可或缺的生活方式。

旅游学是一门不成熟的学科，关于旅游学科的许多概念、内涵和学科体系的建设等，不同的学者有着不同的见地，由此带来了争论和发展的契机。现代旅游的兴起与快速发展，促使更多的学者探索旅游学科的内涵。旅游界学者们各自从不同的视角、视野发表观点，大有“百家争鸣、百花齐放”之势。

旅游学科还需要在未来的发展中进一步深化认识，因为旅游活动关联到人类社会的方方面面，几乎涉猎我们周围的整个世界和人类文化。但是作为旅游科学，我们要从中理出自己的一套严谨的、完善的学科体系，这不是一件容易的事情，而是一项巨大而浩繁的系统工程。

参与旅游活动是人类的爱好，发展旅游产业是企业家的追求，探索旅游学科的建设与发展是从事旅游研究者的使命。有志于旅游学科的研究者凭借自己的睿智，使旅游学科更加臻于完善，趋于完美，最终达到成熟，这是我们永恒的职责，也是我们编写新概念旅游教材的初衷。

新概念旅游教材问世了，首先必须说明，我们的工作仅仅是一种探索和尝试，旅游学科毕竟是一株稚嫩的幼苗，还需要精心浇灌、护理，使其茁壮成长为枝繁叶茂；其次，在学科的认识方面若与其他学者的观点不完全相同，请告诉

我们，我们会谦虚谨慎，真诚与您商榷；同时，著书期间必然要查阅和采用大量的著作成果与资料，在这里我们真诚地向相关作者表示衷心的感谢，若有遗漏和不到之处，恳请谅解。

我们总是有一种满足，那就是与旅游活动结缘；我们总是有一种责任，那就是更加透彻地探索旅游的科学内涵；我们总是有一种欣慰，那就是在旅游学科建设方面能够徜徉于旅游的海洋里享受其中的愉悦和美感。

真诚祝愿我们这支年轻的团队能够通过共同努力，在旅游科学的大潮中，留下一点闪光的纪念。

辛建荣

2011年6月

前 言

人类即将进入休闲时代。休闲是一个国家生产力水平高低的标志,是衡量人类社会进步的标准,是人类物质文明与精神文明的结晶,是人的一种崭新的生活方式,是提高现代人生活质量的途径。

我国居民现在每年有法定节假日 115 天,这意味着人们有近 1/3 的时间在休闲中度过,休闲已成为居民生活中最重要的组成部分之一。我国休闲经济已具备相当规模,且呈现出蓬勃发展的势头。

与此同时,我国一些高校开始开设与休闲学相关的课程,但是关于休闲学的教材还十分少,为此我们编写了这本书。本书也是海南师范大学校级重点学科自然地理学(旅游管理方向,HS-1-2011-120203)的系列成果之一。

本书在广泛参考国内外休闲学有关研究成果的基础上,介绍了休闲学的基础理论。全书共分为九章,分别是绪论;休闲、闲暇与工作;休闲需要、动机与行为;休闲经济与休闲业;休闲的影响;休闲教育、休闲政策;休闲组织;未来社会休闲发展趋势。本书体系完整、内容新颖、可读性强,力求以简明扼要的形式给读者一个关于休闲学基本理论的清晰认识。

本书由罗艳菊设计大纲,组织编写,最后统稿、定稿和修改完善。全书各章节具体编写分工如下:第一章、第四章田宇;第二章、第八章申琳琳;第三章、第九章罗艳菊;第五章、第六章韩奇;第七章罗艳菊。

本书的编写得到了孙淑兰老师、辛建荣教授、毕华教授的悉心指导,同时出版社的编辑也为本书的出版付出了许多心血,在此表示衷心感谢。

在本书的编写过程中,张冬、林剑为部分章节的编写做了一些前期的资料搜集工作,在此亦表示感谢。

由于水平有限,错误和疏漏在所难免,在此恳请广大读者批评指正。

编著者

2011 年 7 月

目 录

第一章 绪 论	1
第一节 休闲研究的开始与发展	1
一、休闲研究的开始	1
二、西方休闲研究的发展	4
三、中国的休闲研究	9
第二节 休闲学的研究对象、内容	13
一、休闲学的研究对象	13
二、休闲学的研究内容	14
第三节 休闲学的研究方法	15
一、定性分析方法	15
二、定量分析方法	17
第二章 休闲、闲暇与工作	20
第一节 休闲概述	20
一、休闲的概念	20
二、旅游、休闲与游憩的关系	22
三、休闲的本质	23
四、休闲的特征	25
五、休闲的功能	27
第二节 闲 暇	28
一、闲暇的概念	28
二、闲暇时间变化的历史进程	30
三、闲暇时间的变化与特征	32
第三节 休闲与工作	35
一、休闲与工作的关系	35
二、休闲 / 工作范式的演进	36

第三章 休闲需要、动机与行为	43
第一节 休闲需要	43
一、需要	43
二、休闲需要	44
第二节 休闲动机	46
一、休闲动机的概念	46
二、休闲动机类型	46
三、休闲制约——影响休闲动机产生的因素	49
四、休闲制约模型	53
第三节 休闲行为	57
一、休闲行为的概念	57
二、影响个体休闲行为的主要因素	58
第四节 休闲消费群体及其休闲动机与行为	66
一、一般休闲消费者的类型及其动机	66
二、国际度假者的休闲动机	66
三、不同阶层群体的休闲行为差异	67
第四章 休闲经济与休闲业	73
第一节 休闲经济	73
一、休闲的经济学分析	73
二、休闲经济	78
三、休闲经济的形成条件	83
第二节 休闲业的构成与部门	84
一、休闲产业构成	84
二、休闲产业结构	87
三、主要休闲产业部门	91
第三节 休闲产品	96
一、休闲产品的概念	96
二、休闲产品的构成要素	97
三、休闲产品的特点	98
第五章 休闲的影响	110
第一节 休闲的经济影响	110

一、休闲对经济的积极作用	110
二、休闲对经济的消极影响	114
第二节 休闲的环境影响	116
一、积极影响	116
二、消极影响	118
三、休闲项目环境影响评价	124
第三节 休闲的社会文化影响	125
一、休闲对社会文化的积极影响	125
二、休闲对社会文化的消极影响	127
第六章 休闲教育	130
第一节 休闲伦理	130
一、休闲伦理的概念	130
二、休闲伦理的原则	131
三、失范休闲行为	133
四、规范休闲行为	134
第二节 休闲教育	135
一、休闲教育的内涵	135
二、开展休闲教育的必要性	137
三、休闲教育的意义	138
四、国外休闲教育发展状况	139
五、国内休闲教育现状及发展方向	142
六、休闲教育体系建构	145
第七章 休闲政策	150
第一节 休闲政策的概念与分类	150
一、休闲政策的概念	150
二、休闲政策的分类	151
第二节 国外休闲政策	151
一、美国休闲政策发展	151
二、英国休闲政策的演变	155
三、韩国休闲政策	157
第二节 中国休闲政策	159
一、新中国休假制度政策变化	159

二、新中国休闲政策.....	160
第八章 休闲组织	165
第一节 休闲组织概论.....	165
一、休闲组织的分类.....	165
二、休闲组织的职能.....	169
三、休闲组织的模式.....	171
第二节 国外休闲组织.....	171
一、国际性休闲组织.....	172
二、地区性国外休闲组织.....	174
第三节 我国的休闲组织.....	175
一、中国休闲经济研究中心.....	175
二、中国旅游协会休闲度假分会.....	176
三、中国国际户外休闲产业联盟.....	176
四、浙江大学亚太休闲教育研究中心.....	177
五、浙江省休闲学会.....	177
六、亚太国际休闲文化中心.....	178
七、运动休闲研究专业委员会.....	179
第九章 未来社会休闲发展趋势	180
第一节 世界休闲发展趋势.....	180
一、工作与休闲的界线逐渐消失.....	180
二、休闲将成为人们的一种生活方式.....	182
三、休闲方式个性化.....	183
四、全社会经济结构的休闲化.....	183
五、休闲消费方式与休闲经济的可持续化.....	184
第二节 中国休闲社会发展展望.....	184
一、中国社会的老龄化将影响休闲政策.....	185
二、城镇化促进中国休闲产业发展.....	185
三、城乡差别逐渐缩小,农村休闲消费兴起.....	186
附录 1 休闲宪章	190
附录 2 圣保罗宣言	191
参考文献	192

第一章 绪 论

【学习目标】

- 了解休闲研究的起源与我国休闲研究的进展
- 熟悉休闲学的研究对象、研究方法、研究意义

【知识要点】

- 休闲研究的产生与发展历程
- 休闲学研究的对象
- 休闲学研究的方法
- 休闲学研究的意义

第一节 休闲研究的开始与发展

一、休闲研究的开始

在人类几千年的文明发展史中，“休闲”最初是思想家们关注的焦点和探讨的领域，休闲对于人类的生产和生活意义何在？这成为现今休闲研究的起源。

人们对于休闲的认知，在西方可以追溯到古希腊时代，当时著名的哲学家亚里士多德（前 384—前 322）在《政治学》中提出“休闲是一切事物环绕的中心”、“人唯独在休闲时才有幸福可言，恰当的利用闲暇是一生做自由人的基础”，他用古希腊哲学家所推崇的从容、忘我来解释休闲，认为休闲应该是一种心无羁绊的自由状态。这些思想成为西方文化传统的重要组成部分，亚里士多德也因此被西方休闲学家誉为“休闲学之父”。亚里士多德以后，晚期希腊哲学的研究中心完全是个人伦理学，个人伦理学的兴起对注重人性、提倡自然的休闲伦理来说具有助推作用。这时期的个人伦理学派主要有伊壁鸠鲁学派、怀疑学派、犬儒学派。伊壁鸠鲁学派提出，要以寻求美好生活为准则，教导人们去体验个

人的感官快乐,指出真正的幸福在于避免各种痛苦、烦恼和忧虑,主张人们从毫无益处的公共生活牵累中隐退。怀疑学派主张,不受任何外在于个人价值判断的左右。犬儒学派认为,最简单的生活方式就是顺应自然和个人自由,主张从个人自己的立场出发,去建构自满自足的生活价值。总之,对个人价值的推崇、对人性的张扬、对幸福生活的自主选择构成希腊晚期休闲伦理的核心,也使当时的休闲伦理达到一个前所未有的高度。之后,13世纪的学者托马斯·阿奎纳(Thomas Aquinas)和20世纪的J皮普尔(Josef Pieper)和葛拉齐亚(Grazia)三位基督徒学者吸收并发展了亚里士多德的观点,形成所谓“古典标准”的休闲论,认为人们应由“沉思”去了解基督的真理,进而得到终极的快乐,冠之以“古典”是因为它源于希腊文明时期,并贯穿整个基督教时代,谓之以“标准”是因它描述了休闲应该或者能够拥有的形式。可以看出,在西方哲学世界中,休闲之所以引发人们的讨论,是因为它对人自身价值的实现、人精神生活的丰富有着至关重要的作用,它给人们提供了“额外”的时间,人们可以在这个时间段里得到充分的自由。

同样,在中国的先秦文化中也可以摸索到古人丰富的休闲思想。“休”、“闲”二字在中国的古代典籍中出现较多。《诗经·商颂·长发》写道:“人依木而休”;《论语·子张》中的“大德不逾闲”,将“休”解释为“吉庆、美善”,“闲”解释为“限制、约束”,这些都体现了古人对于休、闲二字的独到见解;此外,《小雅·十月之交》中写道“民莫不逸,我独不敢休”,表明了统治者对人民休闲的关心;还有一向崇尚达观主义的老庄“大知闲闲”的哲学;受玄学思想影响形成的魏晋时代隐逸休闲之风;封建时代发展的顶峰时期,唐宋时代兴起的兼容并蓄的休闲文化等,都构成了我国现代休闲文化、休闲研究的哲学基础。

然而随着人类历史进程的发展,特别是西方工业化时代的到来,亚里士多德所提倡的休闲思想遭到了现实的挑战。伴随着为资本家提高生产效率服务的科学管理理念的出现,人们实实在在的成为社会工业运转中一个个普通的机器零件。虽然物质财富在不断加速积累,但精神显得越发贫乏和疲倦。人们工作与休闲的平衡关系被打破,休闲再也不是亚里士多德所说的那种自由的、无拘束的状态,而是充满压抑感和匆忙感。特别是在追求高度经济发展的美国,人们对于所谓物质美梦的渴望几乎使之沦为工作的奴隶。法国贵族托克维尔(Alexis de Tocqueville)曾访问美国,他在自己于1835~1840年间编写的《美国的民主》一书中提到他的访美感受:所谓的有闲阶级在美国这样的资本主义国家是不存在的,人们只重视物质利益的追求和财富的急剧积累,来显示和衡量自己的成功程度,只存在“道德的实利主义”,不存在孕育艺术、科学、哲学

和文化的沉思,人们只重视今朝。在美国到处充斥着有界限,但不是很清楚的“契约”领域,然而却没有哲学,尤其没有休闲哲学。于是德国哲学家尼采哀叹“人死了”、马克思说人被异化了……古希腊以来的思想传统和经院哲学受到了资本主义精神和工作伦理的挑战,诸多思想家、哲学家,如现象学大师胡塞尔(Edmund Husserl)、存在主义创始人海德格尔(Martin Heidegger)、法国哲学家列菲伏尔(Henri Lefebvre,)等再次把研究的焦点转移到人类的生活方面,探讨人的本质和主体性的发挥问题,研究休闲与人类生活的关系。以上是休闲研究重要的社会和学术背景。

休闲学超越了零散的哲学思想,真正上升到学术层面并形成一门学科体系是在近 100 多年间。正如亚里士多德开启了古典休闲理论的思想渊源一样,卡尔·马克思的哲学思想对现代休闲理论的形成、休闲研究的发展有着深远影响。我国学者马惠娣在其编著的《休闲:人类美丽的精神家园》中探讨了马克思的休闲思想,马克思认为“休闲”一是指用于娱乐和休息的闲暇时间;二是指发展智力,在精神上自由的时间,是马克思所提倡的人类全面发展自我的必要条件。马克思认为:“我们已经把自己生来已有的权利局限在一碗汤上,而对于其他东西,我们似乎懒得去想它们,或者说,对之缺乏十分优雅的爱好的。”休闲哲学与休闲美学在这个时期显得没有意义,休闲仅仅因为“工作”为“创造剩余价值”而存在。不仅如此,恩格斯和马克思还最早提出了休闲补偿理论(Compensation Theory),该理论主要对休闲与工作之间的关系进行探讨,主张把工作视为生活的主体,而休闲则被视为工作后的补偿,休闲的目的是为了更好地工作。马克思关于休闲的思想成为现代休闲行为、休闲文化等研究的哲学基础之一。

一般认为,现代休闲学的诞生是以美国社会学家、经济学家索尔斯坦·凡勃伦(Thorstein Veblen)在 1899 年发表的《有闲阶级论》(The Theory of The Leisure Class)为标志。作为一名经济学家,凡勃伦阐述了休闲与消费之间的关系,这本书之所以成为休闲研究的标志性论著是因为它将“休闲”作为划分不同社会阶层的指标。凡勃伦注意到资产阶级新贵在获得物质享受之后,正逐步寻求精神上的富足,休闲正是寻求丰富精神生活的方式,而底层阶级尚未有这种需求,因此休闲已经成为一种社会制度,可以用它来区分上层阶级和普通民众之间不同的生活方式。凡勃伦的思想对哲学、社会科学均产生了深远影响,更开启了休闲研究的新领域。

二、西方休闲研究的发展

“休闲研究”英文翻译为 Leisure Studies 而非 Leisure Science (休闲科学), Leisure Studies 侧重指学科建设方面的休闲理论研究,而 Leisure Science 主要指研究休闲学所使用的研究方法,特别是定量的方法,因此 Leisure Studies 往往涵盖了 Leisure Science,西方人更多的将休闲研究译作 Leisure Studies。休闲作为学科层面的研究首先产生于西方,继凡勃伦发表《有闲阶级论》之后,诸多欧美学者加入到休闲研究的行列之中,休闲研究进入了空前的发展阶段,休闲学科建设也愈发完善。但由于受到休闲研究产生的历史背景和社会发展现状的影响,可以将休闲研究的发展分为三个阶段。

(一) 20 世纪 60 年代以前:重视基础理论的休闲研究

西方休闲研究源于西方传统的哲学思想,早期的休闲研究以此为基点,从哲学、社会学、心理学、管理学、经济学等多个角度探讨休闲观念、休闲思想、休闲文化等问题,进行初步的休闲学科基础理论研究,这种研究风格起源于欧洲,在休闲研究发展早期占有相当大的比重,这为休闲学科的建设打下了坚实的基础。

在休闲哲学方面,1938 年约翰赫伊津哈发表了《游戏的人》,从游戏的角度阐述了游戏与人的文化进化的相关性,认为游戏作为文化的本质和意义对现代文明有着重要的价值。人只有在游戏中才最自由、最本真、最具有创造力,游戏是一个阳光灿烂的世界。在 20 世纪 60 年代以前,休闲学研究的典范要数瑞典天主教哲学家皮普尔,他在 1952 年出版了《休闲:文化的基础》一书,该书一经问世便被西方休闲研究界广泛关注,这本从哲学角度探讨休闲学精神和意义的书籍被誉为西方休闲学研究的经典之作。皮普尔的这本书仅几万字,但却对休闲与人类文化的关系进行了深刻精辟的探讨——“休闲是人的一种思想和精神的态度,不是外部因素作用的结果,也不由空闲时间所决定,更不是游手好闲的产物。”“休闲有三个特征:第一,休闲是一种精神的态度,它意味着人所保持的平和、宁静的状态;第二,休闲是一种为了使自己沉浸在‘整个创造过程中’的机会和能力;第三,休闲是上帝给予人类的‘赠品’”。^①皮普尔的观点成为后人研究何为休闲以及休闲对于人类生活的价值的依据,正是因为休闲可以使人的心态平和并感到生命的快乐,所以休闲成为人类文化的基础和必备条件。

^① 马惠娣. 休闲:人类美丽的精神家园[M]. 北京:中国经济出版社,2004:205.

在社会学研究方面,美国学者卡普兰 1960 年撰写的《美国的休闲——社会调查》(Leisure in American: A Social Inquiry)是最早的休闲名著之一。该作者是休闲社会学研究三大集大成者之一,^①代表了 60 年代休闲社会学研究的最高水平。在这本书中,卡普兰把休闲作为一个多维度的概念来研究,这些维度涉及美国社会制度的诸多方面,其中包括工作、家庭、社会阶层、宗教、世俗的价值观等等。卡普兰指出,如果一个“好的生活”概念尚未形成,那么我们将不可能理智地决定什么是好的休闲。

纵观这一时期的休闲学研究,学者们更多的是将一些基础学科引入休闲,主要在于探讨什么是休闲、休闲与人们生活工作的关系、为什么要进行休闲学的研究等方面,并且对这一时期现实社会生活中休闲所占的地位和发挥的作用给予评判,这些都为接下来休闲学研究的拓展提供了理论和实际依据。

(二) 20 世纪 60~80 年代: 向应用型转变的休闲研究

20 世纪 60 年代之后,休闲学问题在一些哲学家、心理学家研究的基础上得以拓展和延伸。这是因为,一方面二战结束后,各国积极进行战后重建,使得西方国家的经济得以复苏,社会逐步重新恢复繁荣;另一方面这一时期西方国家普遍推行以“贝弗里奇计划”为蓝图的福利国家模式,而休闲则成为实施这种福利国家模式的一种重要途径;此外,从旅游这种休闲活动的角度来看,20 世纪 60 年代之后,西方世界率先进入大众旅游时代,这标志着社会和经济的全面发展促使普通民众的休闲及旅游需求逐步成熟。从工作的机器到渴望工作后休闲,这些为 60 年代后休闲学的研究提供了现实背景。休闲学研究的重点也逐步从休闲学的价值转变为休闲及休闲学研究对人们生活的现实意义及作用,休闲哲学得到进一步发展,休闲与工作等之间的关系探讨越来越明朗和深化,休闲心理研究日益系统化,社会上的咨询调查公司也将休闲问题纳入调查范围,这些都推动休闲学研究从理论上升到实际应用的层面。

休闲观念是引导人们开展休闲活动和进行休闲学研究的重要支点,1962 年,葛拉齐亚(Sebastien de Grazia)在《论时间、工作和休闲》这本专著中从雅典人的休闲观开始,通过政治哲学的观点讨论休闲,追溯这种观念在工业革命初期消失的过程,并且讨论了西方社会中社会、经济和政治给休闲带来的障碍。另外不得不提到美国哲学家查里斯·波瑞特比尔(Charles K Brightbill)1966 年发表的两部著作《挑战休闲》(Challenge Leisure)和《以休闲为中心的教育》(Educating For Leisure-Centered Living),这是西方公认的休闲学研究力著。该

① 西方休闲学三大集大成者:杜马兹迪埃(Dumazedier)、卡普兰(Kaplan)和凯利(Kelly)。

书指出：随着人的自由时间的增多，我们社会的不安定因素也越来越多，我们只注意到工作的伦理，却没有思考如何发展休闲的伦理，因此该书提出以休闲为中心的教育。这两本书作为姊妹篇集中讨论了以下问题：我们的社会为什么要关注休闲？这将意味着什么？休闲在人的知识结构中扮演什么样的角色？休闲教育的概念基础是什么？它与人类的价值和情感具有什么样的联系？作者认为，只要我们勇于改变当下的价值观，我们就不仅能以欣然的心态去欣赏休闲，而且也能为有意义地享受休闲去设计生活的蓝图。法国学者杜马兹迪埃 1967 年出版了其开创性著作——《走向休闲的社会》(Toward a Society of Leisure)，在书中，他提出休闲已经是一种新的、个人是自己主人并使自己感到愉快的社会需要，他以批判现实主义的观点，探讨了休闲与家庭、工作、社会政策及共同体的关系和意义，并指出休闲是个人从工作岗位、家庭、社会义务中解脱出来的时间，是为了休息、消遣或培养与谋生无关的智慧，以及为了自发地参加社会活动和自由发挥创造力。著名的“休闲三部曲”也正是在这本书中被正式提出来：休闲包括放松、娱乐和个性发展三个层次，其中个性发展是最重要的，通过阅读、旅行、教育等来发现真我，摆脱功利主义，休闲可使人们摆脱工作的疲乏与压力，尽情地发挥个人的创造力，有助于健全人格的发展。

20 世纪 70 年代，托马斯·古德爾(Thomas L Goodale)和杰弗瑞·戈比(Geoffrey Godbey)合著的《人类思想史中的休闲》(The Evolution of Leisure: Historical and Philosophical Perspectives)一书中，通过对西方休闲从在雅典城邦的出现到它在当代的发展状况的考察，探索了休闲在人类思想史中的演变及其价值问题，提出了“探索与思考衡量人类进步的标准和人类生存的真正目标的问题”。这一时期休闲研究已向应用领域转变。

休闲心理学更侧重对休闲动机与休闲活动之间关系的研究，美国马里兰州大学的教授艾索·阿荷拉(Iso-Ahola)是一位对休闲心理学作出重要贡献的学者，他于 1980 发表了该领域的一部重要著作《休闲与娱乐的社会心理学》，吸收了齐克森特米哈伊的一些思想，提出根据两个变量——自由选择与内在动机——把人们工作外的活动分为三个层次：自由选择程度较低、内在动机较弱的活动称为“必需的非工作活动”；有一定的自由选择和内在动机的活动是“自由时间的活动”；而具有高度的自由选择与很强的内在动机的活动，才是“休闲活动”。他指出休闲并非消极的无事闲着，而是有着积极的意义——它为人们实现自我、追求高尚的精神生活、获得“畅”或“心醉神迷”的心灵体验提供了机会。

可以看出，这一时期关于休闲学有一系列丰硕的研究成果，但是这些研究

普遍都建立在一个假设的基础上：工作是人们的生活重心，休闲是工作的补充，以此为基础，诸多学者对促使休闲活动展开的各种动机、人们休闲观念的转变历程及原因、休闲带给人类工作与生活的实际具体作用等问题进行深入探讨，这些都使休闲学研究逐步脱离纯理论或纯哲学研究，进而上升到与人们的现实生活更为贴近的层面。

（三）20 世纪 80 年代以后：为休闲产业发展服务的休闲研究

1990 年，洛佩尔媒介调查公司（Roper Organization）做了一项民意调查，结果显示 41% 的人选择休闲作为生活中最重要的因素，只有 36% 的人选择工作；而在 1985 年，选择工作的人占 46%，选择休闲的人占 33%。^① 另外一家研究所——斯坦福国际研究所（Stanford Research International）1991 年推出了一份研究报告，列出了 1991~2001 这未来 10 年最重要的社会地位象征，其中包括自我支配的自由时间、工作与玩乐的统一、对个人创造力的认可、非金钱的回报和对社会的回报等，^② 可以看到“自我支配的自由时间”列在首位，而不是“金钱财富”。这些情况反映了休闲在人们的生活中越来越重要，休闲伦理中的“自由”、“自主”价值观也得到了前所未有的发展，人们已经基本实现了休闲观念的转变，开始越来越重视休闲对自身生活质量的意义，这从客观上刺激了 20 世纪 80 年代后休闲产业的兴起和繁荣，也为应用型的休闲研究提供了孕育和发展的温床。

基于人们休闲观念转变这一背景，美国心理学家席齐克森特米哈伊（M Csikszentmihalyi）在 1982 年发表了论文《建立最佳体验的心理学》，1990 年出版了对休闲心理学影响深远的专著《畅：最佳体验的心理学》。此书从心理学的角度对休闲体验的性质作了深入的研究，提出了“畅”（flow）的概念，即“具有适当的挑战性而能让一个人深深沉浸于其中，以至忘记了时间的流逝，意识不到自己的存在的体验。”“适当的挑战”指活动的难度与一个人所掌握的技能相应，太难的活动会让人感到紧张焦虑，而太容易的活动则会让人感到厌烦，都不能让人获得真正的休闲。这样，休闲从根本上是一种有益于个人健康发展的内心体验，而不用外在标准界定的具体活动；体验“畅”的能力使人能超越“工作—休闲”的断然划分，从而不论在工作中还是闲暇活动中都更能积极地去寻求最佳的心灵体验。

80 年代之后，休闲产业成了西方发达国家很重要的一个产业，如 20 世纪

① 泽林斯基·厄尼.你能不能工作[M].吴婷,译.北京:中信出版社,2004:4.

② 张建.国际休闲研究动向与我国休闲研究主要命题刍议[J].旅游学刊,2008,23(5):70.