



西方休闲研究经典译丛

The Social Psychology of Leisure and Recreation



[美] 艾泽欧-阿荷拉 (Seppo E. Iso-Ahola) · 著

谢彦霜 · 等译

休闲社会心理学

LEISURE

中国旅游出版社



西方休闲研究经典译丛

[美] 艾泽欧-阿荷拉 (Seppo E. Iso-Ahola) · 著

谢彦君 · 等译



休闲社会心理学

LEISURE

中国旅游出版社

责任编辑：王建华 高学博

装帧设计：谭雄军

责任印制：冯冬青

图书在版编目 (CIP) 数据

休闲社会心理学 / (美) 艾泽欧 - 阿荷拉著; 谢彦君等译. --北京: 中国旅游出版社, 2010. 10

(西方休闲研究经典译丛)

书名原文: The Social Psychology of Leisure and Recreation

ISBN 978 - 7 - 5032 - 4080 - 5

I. ①休… II. ①艾…②谢… III. ①闲暇社会学: 社会心理学 IV. ①C913.3 ②C912.6

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2010) 第 239561 号

北京市版权局著作权合同登记号 01 - 2008 - 4585

书 名: 休闲社会心理学

作 者: (美) 艾泽欧 - 阿荷拉 (Seppo E. Iso-Ahola)

译 者: 谢彦君等

出版发行: 中国旅游出版社

(北京建国门内大街甲 9 号 邮编: 100005)

<http://www.cttp.net.cn> E-mail: cttp@cnta.gov.cn

发行部电话: 010 - 85166507 85166517

排 版: 北京中文天地文化艺术有限公司

经 销: 全国各地新华书店

印 刷: 北京新魏印刷厂

版 次: 2010 年 10 月第 1 版 2010 年 10 月第 1 次印刷

开 本: 720 毫米 × 970 毫米 1/16

印 张: 25.5

印 数: 1 - 3000 册

字 数: 400 千

定 价: 75.00 元

I S B N 978 - 7 - 5032 - 4080 - 5

版权所有 翻印必究

如发现质量问题, 请直接与发行部联系调换

《西方休闲研究经典译丛》

编辑出版工作委员会

主任委员：杜 江

委员（按姓氏读音排序）：

陈志学（中国旅游出版社）
戴 斌（中国旅游研究院）
杜 江（中国旅游研究院）
黄金山（中国旅游出版社）
Iso-Ahola（美国 Maryland 大学）
Julio Aramberri（美国 Drexel 大学）
卢昌崇（东北财经大学）
Mclean（美国 Nevada 大学）
王建华（中国旅游出版社）
魏小安（中国旅游研究院）
谢彦君（东北财经大学）
张润生（中国旅游出版社）

翻译工作委员会

主任委员：杜 江

副主任委员：谢彦君

委员（按姓氏读音排序）：

杜 江（中国旅游研究院）
李天元（南开大学）
李仲广（中国旅游研究院）
卢昌崇（东北财经大学）
谢彦君（东北财经大学）
张广瑞（中国社会科学院）
张凌云（北京第二外国语学院）
张 梦（西南财经大学）

出版说明

随着中国经济的飞速发展和国民生活水平的不断提高,伴随国家黄金周、小长假和带薪休假制度的陆续实施,中国旅游业正在从观光旅游经济向观光、度假、休闲等多种形式并存的休闲旅游经济的转型升级中。为了有效借鉴国外旅游发达国家对休闲产业和休闲经济的研究成果,为我国的旅游科研、教学和从业人员提供有益的研究参考读物,我们策划出版了《西方休闲研究经典译丛》。本《译丛》是从国外 2000 多种有关休闲旅游的理论著作中,经过反复筛选出来的。计划出版 20 种,第一批推出 6 种,分别为《现代社会游憩与休闲》、《休闲和旅游供给:政策与规划》、《休闲社会心理学》、《休闲与游憩:一个多层级的供递系统论》、《休闲理论原理与实践》、《休闲政策政治学》,反映了西方休闲和旅游研究的最新成果。由于作者的研究视角、观点和方法的不同,书中不可避免地涉及各种学派和不同观点,包括西方有关马克思主义学派和对社会主义理论的相关论述,这并不代表我们赞同他们的观点和表述,希望读者注意并加以甄别。

中国旅游出版社

2010 年 7 月

前 言

本书是我自 1976 年秋季开始在爱荷华州立大学执教的两门社会心理学课程的一个直接成果。这两门课程分别是给本科生上的“休闲社会心理学导论”和给研究生上的“休闲社会心理学前沿理论与方法”。在这两门课程中所包含的内容和方法，源自我对以往曾试图采用诸如职业、收入和社会等级之类的社会统计变量来解释休闲和余暇现象的强烈不满。本书是在两门课程讲义的基础上形成的，因此在内容上是初阶和前沿的一个结合。

在开始本书的撰写时，我的意图是写这样一本书：对于那些对社会心理学知之甚少的大学生来说，其内容要简明易懂；而对于那些已经熟悉本领域的一些方法和概念的学生来说，本书也要有足够的深度，以唤起他们的兴趣。在一定程度上，这个目标应该说是达到了，本书可供学习休闲心理和社会方面知识的本科生和研究生作为导论性的教科书。本书也可用作高年级本科生和研究生阅读其他教科书和学术期刊的一个补充。尽管本书在撰写时头脑中主要考虑的是休闲专业的学生，但我相信，本书也适用于其他相关领域，如心理学和体育类课程。

除了学院和大学的学生，本书也适用于休闲领域的实践者。尽管本书包含着某些与休闲服务的实际提供过程不尽相关的材料，但它确实为这些实践者展示了一些十分必要的信息。比如，有关儿童游戏的研究文献明确否认了当前的做法：用千篇一律的设备（如秋千和滑梯）来装备游戏场。而且，基于一项理论性和经验性的研究，我提出了这样的观点：小团体棒球游戏应在赛季之前随机分成数队，且不允许补充队员。在有关休闲需要和动机一章，相关研究文献显示，社会互动与用于休闲活动的设备和物理空间同等重要（若不是更重要的话）。可是，当前人们在提供休闲服务的时候，常常将注意力集中在休闲活动的物质层面。另一方面，一个司空见惯的事实是，在全国范围内，休闲类课程都是围绕类似于公园与休闲设备管理开设的。更直接一点，这好像是说，知道在一场比赛之后将排球网放在哪里，似乎比知道在比赛过程中如何更好地进行社会互动并形成社会情感更为重要！似乎更为重要的是先修建休闲中心、设计休闲项目，然后再关注人，而不是相反。

本书另一个与实践者相关的例证是，研究发现（参见讨论疗养型休闲的有关章节），对生活缺乏责任和控制，会对那些安置在特定机构中的老年人的心理和健康产生有害的影响；研究还发现，这些因素增加了这类机构中那些过了中年的人的死亡率。考虑到因缺乏

个人责任和控制而导致的这种显著影响,我很难想象,我们怎么会允许学生在对这些影响过程毫无知识的情况下,以休闲疗养专家的身份工作在护理机构和其他类似环境当中。说得再极端一点的话,在提供休闲服务的过程中,那些休闲疗养专家事实上就是在管制着患者们对责任和控制的感知力,并进而影响患者的死亡率。除了这一领域之外,社会心理学也涉及到一些诸如滥用药物、破坏公物行为以及乱丢垃圾等主题。总而言之,尽管本书是以理论为导向的,但它所展示的意义却是实践性的。在大多数情况下,由于实践者往往都是利用休闲来改善人们生活质量的“社会心理学家”,因此,他们应该熟悉如何对休闲行为进行社会心理分析。

最后,本书也希望对研究人员具有一些启发的价值。我不仅尽我所能地全面评述了过去每个话题的研究文献,而且还指出了以前研究的一些缺陷。在这样做的时候,我一直试图做一种建设性的批评,因为在许多领域都已经为未来的研究指明了新的方向。对过去研究文献的回顾往往都是批评性的,这不是要贬低每个研究人员的工作,而是为了帮助这个领域有所提升。本书提出了一些新的想法、假设和模型,都需要加以严格的经验性检验。如果本书能够激发某种理论和经验研究,它就已经达到它的一个目的了。

本书在提出问题和话题的方式上不仅反映了我对社会心理学的强烈信仰,同时也反映了我所接受的各种特殊的教育训练。在解释某种现象的过程中那种对过去研究的几乎完全排他性的依赖,以及在评述以前的研究时所力求的那种客观性和批评性,我都是在强调一般意义上的经验研究的重要性。这是我在美国所接受的实验社会心理学研究训练的结果。不过,经验研究本身并非目的,它仅仅是使概念更加清晰、具体并具有针对性。很多时候,一些研究者变成了工作的努力,因为他们不愿意从其研究发现中总结结论和阐释意义。在解释和概括经验研究的发现时,不仅总是要倍加小心,而且要对结果的行为意义和社会意义加以识别。正如读者会发现的那样,在整个这本书当中,我在陈述假设、形成结论、提出建议和做出声明等方面都毫不犹豫。然而,尽管本书看上去具有客观性的品质,但本书的撰写还是受到了我在芬兰的大学学习期间所接受的个人的(“自由主义的”)价值观和看法的影响。我认为读者了解这一点十分重要,尤其是当很多研究人员都声称他们的科学努力是客观的和不受个人主观价值体系影响的时候。显然,在人类从事研究和撰写书籍的时候做这种声明是愚蠢的。所以,我不想假装自己写了一本客观可靠的权威著作。这是一本希望能激发对休闲行为做主观解释、能帮助读者更好地理解休闲的社会心理属性的著作。

最后提一下,本书中采用一般意义上的“他”以及男性代词来指代女性和男性,这一点一定要弄清楚。这样做只是为了避免重复以及措辞上的问题。

塞珀 E. 艾泽欧-阿荷拉

爱荷华城,爱荷华

目 录

前 言	1
第 1 章 什么是休闲社会心理学	1
一般社会心理学	1
休闲社会心理学的定义与方法	4
第 2 章 休闲社会心理学的历史先例	10
一般社会心理学的简要历史回顾	10
从社会心理学视角看待休闲的历史	15
社会心理学家对休闲的思考	22
社会学家的观点	27
休闲科学家中的社会心理学思想	29
第 3 章 社会心理分析的本质	33
我们为什么要从事研究	33
社会心理研究的本质	36
基础研究与应用研究	41
总 结	46
第 4 章 社会心理研究的方法类型	47
研究阶段	47
主要方法：实验研究	48
主要方法：非实验研究/相关研究	58
休闲社会心理研究	64
第 5 章 儿童的非组织化休闲：自由游戏	68
寻求与征服挑战	68

最优唤起	69
最优不适	69
探究、掌控与游戏	72
内在动机	73
最优唤起和不适的意义	73
玩 具	74
家 庭	75
游乐场	75
社会化	76
对自由游戏进行外部奖赏所造成的有害影响	77
理论立场	78
实证发现	80
奖赏的凸显性	82
奖赏的条件	83
标志能力的奖赏	83
概要与意义	84
从游戏中获得的认知益处	85
游戏与解决问题的能力	86
游戏与创造力	88
父母的认知风格、家庭游戏环境以及孩子的创造力	89
总 结	90
第 6 章 社会性游戏和组织性竞赛	94
社会性游戏	94
发展性分析	94
社会互动与玩具	99
性别差异	101
有组织的竞赛：青少年棒球联盟比赛中的社会心理	104
竞争与合作	106
归 因	109
习得性无助	112
外部奖赏与制裁	118
少年棒球联盟是好还是坏	119

第7章 社会化过程	122
什么是休闲社会化.....	122
社会化.....	123
休闲社会化.....	124
理论模型.....	125
儿童早期游憩与成年休闲行为.....	127
实证方面的证据.....	127
休闲行为的持续变换.....	128
支持辩证观的其他证据.....	129
可替代性因子分析研究.....	132
支持替代性的直接证据.....	132
可替代性的心理.....	133
替换性的生物学基础.....	136
能力感知与对改变的需要.....	138
两种活动间的变化和活动内的变化.....	140
意 义.....	140
社会施动者的影响.....	142
“重要的他人”.....	142
家庭的巨大影响.....	144
没用的学校.....	145
体育运动中的社会化.....	147
之前研究中存在的问题.....	150
休闲社会化的两种后果：滥用毒品与（对公物的）恶意破坏.....	151
毒品使用.....	152
恶意破坏.....	155
第8章 老龄化与休闲	159
后期社会化的局限.....	159
生命的分期.....	161
对于休闲行为的意义.....	164
整个成年时期的休闲参与.....	166
变化的维度.....	169

忽视老年人的后果	170
休闲参与同安度晚年	173
脱离还是积极参与	173
对稳定和变化的需要	174
游憩与安度晚年	175
社交互动的重要性	176
意 义	178
第 9 章 影响休闲认知的社会心理因素	181
休闲的主观定义	181
感知休闲的决定因素	182
休闲定义的各个维度	183
两项研究	183
感知自由的关键性	184
感知自由和心理抗拒	187
决定个体抗拒对自由的威胁的因素	188
抗拒的结果	189
意 义	191
提高感知到的游憩自由	192
多种选择	193
选择的相似性	193
其他维度	194
意 义	196
第 10 章 人格与休闲	199
客观诱因：人格对休闲的影响以及休闲对人格的影响	200
第 11 章 休闲需要与动机	225
导致休闲行为的不同层面的原因	225
透视休闲需求	236
意 义	242
休闲需求研究的新方向	243
休闲需求只是文化习得的固定模式	245

总 结	247
第 12 章 休闲态度	249
作为一种心理构造的态度	250
信念、意向和行为	251
休闲态度的形成	253
关于态度的一种理论	253
信念的形成	255
改变态度的策略	260
总 结	271
第 13 章 户外游憩环境的感知和体验	273
心理与户外游憩环境之间的关系	278
环境作为行动的背景	293
户外游憩体验的各个阶段	294
环境给人类尊严带来的危机	295
总 结	296
第 14 章 隐私、拥挤和户外游憩	298
隐 私	298
拥 挤	300
群集模型	301
应对拥挤的方式	302
户外游憩，一种应对拥挤和环境压力的方法	305
户外游憩的认知空间	308
在户外游憩地，用行为和认知的控制机制控制拥挤	308
认知机制	310
户外游憩的心理效价	312
长期效应还是短期效应	314
对自我概念的影响	316
总 结	316
第 15 章 疗养型游憩的归因分析	319
什么是疗养型游憩	320

正常环境中的精神错乱者还是精神错乱环境中的正常人	322
无助的后果	327
对无助的归因分析	328
对个人和他人休闲行为的归因	329
无助归因的一个模型	331
如何缓解无助	333
预防无助	334
对习得性无助归因模型的支撑	335
对严重事故以及后续行为的归因	336
总 结	339
第 16 章 疗养型游憩，控制感和机构养老的老人	341
可控制和可预测的社会互动	344
疗养院：老年人的仓库式收容所	347
总 结	353
第 17 章 工作和休闲的相互关系	354
工作对休闲的影响	355
休闲行为和工作满意度	361
雇主对工人休闲的关心	363
人与人之间的休闲行为和工作满意度	368
社会比较和工作满意度	370
第 18 章 生活质量感受	375
对于幸福的追求	375
生活质量感的决定因素	376
工作满意度的贡献	376
休闲满意度的贡献	380
社会心理学对生活质量的提高的贡献	389
总 结	391
译后记	393

第 1 章

什么是休闲社会心理学

一般社会心理学

社会心理学是对人类社会行为的系统分析，其任务是帮助人们去认识社会行为的起因与影响，以更好地理解自己与他人并提高人际行为的质量。尽管休闲社会心理学存在着许多正式的定义，但他们似乎都围绕着两个明显的特点展开：（1）参与社会关系的个体；（2）强调对隐含在这些关系中的社会影响进程的理解（Hollander, 1976）。

正如奥尔波特（Allport, 1969）所言，许多社会心理学家将自己的学科视为“试图了解个体思想、感受、行为是如何受到其他个体真实的、想象的或隐含的存在的影响的科学”。社会心理学在这里成为与其他个体、群体或文化有关的个体经验与行为的科学研究（McDavid and Harari, 1968）。需要强调的一点是，社会心理学旨在研究人际关系，其中包括社会环境对个体的影响与个体对社会环境的影响。作为社会心理学分析中的关键概念，社会影响发生于每次个体对真实的、想象的或隐含的一个或多个他人的存在做出反应的时候。在最简单的形式上，社会影响表现在个人与个人的人际关系中，它同样也表现在群体与个人关系中（例如遵从），个人与团体（例如领导）以及群体与群体关系（例如竞争与合作）中。

那些社会心理学家们都曾关注过什么？奥尔波特（Allport）指出，美国社会心理学研究的显著特点是对态度的极度关注，即：态度如何形成、如何改变以及态度与行为之间的关系。除此之外，其他现象和领域也得到了研究。例

如，在个体层面，社会心理学家关注对人际关系的感知、对自我的感知、印象形成、喜好与友谊，社会强化和心理逆反；在群体层面上，他们对群体结构、凝聚与合作、沟通模式、领导、冒险、竞争与合作等现象也进行了详细的考察。不过，直到近年来社会心理学家才开始对环境对社会行为的影响感兴趣，而在这样的背景下，针对气温、噪声、污染、城市压力、人口密度与群集的态度与行为研究开始进入理论与实证检验。

从以上简要综述中，我们看出，依照现在的标准，社会心理学研究的主题已经非常广泛，并且这个范围看起来也正变得越来越宽广。新的领域与主题不断得到研究，近来快速发展的环境社会心理学就是社会心理学研究范围急剧拓宽的例证。当然，本书也是对拓展社会心理学研究领域的尝试的一部分，但抛开它们各自的研究领域不说，所有社会心理学家的研究都始于同一点：参与社会环境的个体。这也正是社会心理学不同于行为科学其他分支的区别所在。

尽管人类学也尝试去解释人类行为，但他们主要关心文化与文化差异。许多人类学家花费大量时间调查原始文化与部落，从而试图获得文化视角下的个体本质的知识体系。社会学家的基本分析单位是社会系统，群体或机构如家庭、学校、工业组织以及大众传媒都是社会学分析层面的例子。心理学家的基本分析单位是脱离社会关系与社会环境的个体。例如，一些生理、心理学家从解剖学的角度来探寻对行为的解释，并借以认为人类认知与行为（例如情感、动机）可以最终追溯至大脑细胞。又如人格心理学家始于对作为人类行为产生原因的遗传特性的重要性与充分性的说明，却没有意识到社会环境对人类认知与行为的影响。在对人类行为提供解释的尝试中，社会心理学家承认人格特质对行为的决定性作用，但他们强调这些因素仅仅在他们被置于社会（人际交往与文化）与历史情境中考察时才具有意义。简而言之，社会心理学或许可被定义为：置身于社会中的个体的心理学（Hollander, 1976）。

基本假定

如其他任何研究领域一样，社会心理学也有一系列的假设，其最基本的假设前提是认知（人脑中的心理过程）在个体与其他个体的关系中是关键的决定性因素。根据格式塔心理学理论，意识被看做是一个整体（Iana, 1969），这种

S-O-R模型 (Approach)^① 与行为主义者的 S-R 模型截然相反,行为主义者仅仅从刺激(S)与反应(R)的方面去考察行为,并假定人是“行为受过去的强化与当前环境中的偶然因素所决定的”机器人(Deci, 1975b),而 S-O-R 模型,常被称为认知社会心理学,它假定许多认知机制(感知的进程、归因与决策)在不同程度地连接着所有反应。这样,认知、情感、动机在激发与指导行为时起到了中心性的作用。因为社会行为高度复杂、受多种因素影响,且由于认知机制影响所有反应,我们认为刺激—反应模型不适合在社会心理学中应用。

不过,有人或许会认为,有些行为常常合乎简单的模式,因而认为 S-R 模型或许足以解释这一类的行为。例如,每当星期二下午 6:15 时,鲍勃(Bob)就会前往当地游憩中心打篮球,一个行为主义者会说时间(下午6:15)是引起鲍勃(Bob)的反应(打篮球)的刺激。他会认为鲍勃(Bob)的持续的对时间(下午6:15)的反应(打篮球)是高度可预测的。但是,社会心理学会提出他们的基本假定:每个星期二晚上之前,鲍勃(Bob)经历决定他是否会去打篮球的认知过程,每个星期二提供一个新的情境,而他也对每次是否去游憩中心作出独立的决定,许多变量影响他的决定,他也因而不得不在每周计划中考虑这些因素,或许鲍勃(Bob)会不断地重新考虑,重新编排打篮球在他的休闲活动计划中的优先性,这取决于众多影响因素的重要性。重点在于,尽管从一个武断选择的刺激(时间)下,我们可以在鲍勃(Bob)的休闲模式中看到某些规律性,这样的简单 S-R 连接并没有增进我们对隐藏这个规律之后的行为与动机的理解,只有在研究休闲选择、决策和行为的中心性认知机制的作用后,我们才会开始理解休闲背景下的社会行为。

社会心理学运用多个理论系统进行分析,刺激—反应与强化理论,精神分析理论,以及角色理论都对社会心理学的发展作出了很大的贡献[多伊奇和克劳斯(Deutch and Krauss, 1965); 萧和科斯坦佐(Shaw and Costanzo, 1970)]。但迄今为止,对现代社会心理学产生的最大的影响乃是源自格式塔理论(认知的)以及场论。尽管这两个理论框架在某些案例中迥然不同,但它们分析社会行为的路径却是基本相同的:通过中心认知过程,组织我们的思想、信念和感知(Wrightsmann, 1972)。在其场论中,卢因(Lewin, 1951)提

① 在这里, S 代表刺激, O 代表生理的(认知)变量, R 代表反应。

出人类行为是人与环境互动的产物，这样，所有心理事件都可以用组成人与环境的“场”或“生活空间”的属性进行解释，而人与环境被认为是相互依存的因素。因此，此范式假定在给定的任何情境中，行为或认知反应都是源自个人特质（能力、动机、感受等）以及环境特点（他人的在场、群体组成、噪声等）的共同作用。很明显，这种二元解释并不是一个关于此类社会行为的理论，而更像一个可以从中引出更深入解释的基础范式。由于影响到社会心理学研究的理论范围，这种范式能否被接受至关重要。许多社会心理学家接受这个基本方法中的一个组成部分，却反对另一部分，例如：社会学习理论班杜拉（Bandura，1969）、米舍尔（Mischel，1968）坚持环境方面的重要性，而人格心理学者卡特尔（Cattell，1950）强调其中的个体方面。但是本书是基于这样一个基本假设：个人因素与环境因素都是造成变化着的休闲情境中社会行为的原因。

休闲社会心理学的定义与方法

对休闲社会心理学的定义或许有很多方法，但是放下语义上的差别不管，休闲社会心理学的定义都将包括两个关键因素：个人因素与社会影响因素。给定社会心理学研究的这些本质特征，诸多定义间的差异便不那么重要了，这样，休闲社会心理学可以被看做是一门考察个体在主观认为无约束的、自由的和空闲的一段时间内，其感受、认知（想法与信念）和行为是如何受他人的感受、认知与行为影响的学科，它是休闲研究的一门分支学科。这里，休闲社会心理学成为在社会休闲背景下的个体体验与行为的科学研究，其关注点在于个体在其主观认定为闲暇的期间与其他个体、群体或文化的动态互动。这种互动不应被看成是静态的，而是动态的和变化着的关系，其中，个体同时是社会环境与社会的原因与结果。

上述定义中隐含有一个重要观点，个体始终处于变化和发展当中。由于个体既影响他人又受他人影响，因此，个体与其环境就不断地发生着变化。因此，为了保证休闲社会心理学的科学性，它必须依赖科学理论的应用，并采用历史的和发展的眼光。社会行为并非存在于时间的真空当中，因而若不考虑它的过去及其历史背景，就不能对其进行充分分析（Gergen，1973）。然而，我们的这种观点（变化着的世界中的变化着的个体）在社会心理学家们当中并非主流的思想。传统上，社会现象发展的和历史的背景几乎是被忽视了。在超