

# 社会体育心理与新世纪体育事业的发展

李敏卿

(华南师范大学 体育科学学院, 广东 广州 510631)

**摘 要** 社会心理状态是衡量社会发展程度的重要标尺之一。社会体育心理状态也衡量社会体育发展的重要指标。一个国家、民族、地区、单位体育的发展,不仅表现在竞技运动得多少金牌,群众体育参与人数及“达标”率和“体育人口”率的高低,而且也表现在国民对社会体育的心理状态。积极研究和准确把握社会体育心理,是新世纪全面推进全民健身计划纲要和促进我国体育事业发展的重要内容。

**关 键 词** 社会心理学;体育发展;全民健身

中图分类号:G80-05 文献标识码:A 文章编号:1006-7116(2002)04-0033-03

## Social physical education psychology and the PE development in the new century

LI Min-qing

(Institute of Physical Education, South China Normal University, Guangzhou 510631, China)

**Abstract** The PE development of a country, a nation, an area or a department is not only shown on the number of gold medals it gets in the sports; the number of people who do sports and the level of the PE standard rate. But also shown on the psychology of social physical education. In this case, the social physical education psychology is another important standard to measure the PE development of the society.

**Key words** social psychology; physical education development; national keeping-fitness

本文根据谢琼桓等专家学者对北京、沈阳、武汉、广州、兰州等全国各地城市社会体育发展状况的调查报告为基础<sup>[1-8]</sup>,以马克思主义哲学理论和社会学、社会心理学、体育学、体育社会学等多学科理论为指导,采用文献阅读、资料统计、相关因素归纳分析等常规体育科研方法进行跨学科和多学科研究。根据研究结果和我国社会体育心理的现状,提出了新世纪我国社会体育事业发展的建议与对策。

## 1 我国社会体育心理的现状

### 1.1 国民参与社会体育的需要、认识和动机变化

马克思主义认为,自从人类社会存在以来,在社会历史中活动的人,为了满足和维护自己物质和精神的需要,产生了自觉的意向性行为及其特定的行为活动方式,以达到认识和改造世界的目的;在社会历史领域内进行活动的,全是具有意识的,经过思虑或凭激情行动的,追求某种目的的人;任何事情的发生都不是没有自觉的意识,没有预期的目的的。<sup>[9]</sup>人类作为有思维会劳动的高级动物,他的行为都将毫无例外地受他们的思维——心理、精神、情绪活动的影响与制约。马斯洛在《人的动机理论》中,将人的基本需要分为生理需要、安全需要、爱的需要、尊重的需要、自我实现的需要5种。而人们对体育的需要主要表现为两个方面:一是适应

人体活动及发展的需要,包括适应人体生长发育的需要、适应学习掌握运动技能的需要和适应提高人体运动能力的需要;二是满足人们社会活动的需要,主要包括满足社会生产力发展的需要、满足与丰富人们社会化生活的需要、满足提高生活质量的需要和满足教育、军事、科技等发展的需要等等。心理学家认为,动机是激发和维持个体的活动,并使活动朝着一定目标努力的内部心理朝向与行为动力,任何动机产生于行为主体一定的需要,而任何需要都来自对某一事物的认识。人类需求的多样性决定了人类动机的复杂性和多样性,也决定了人们对社会体育心理的多样性和复杂性。

体育意识和动机是人们对体育活动的感性和理性的认识,要使广大群众,使整个的民族,以及在每一个民族中间又使整个阶级行动起来,这是社会行为的前提,也是全民健身活动必须考虑和注意到的问题。根据调查结果表明,随着我国体育事业健康发展,国民对体育的观念得到了更新与转变,有了较好的认识,从而产生了较好的体育态度和行为动机。调查结果表明,北京有89.6%的市民认为社会体育全民健身比奥运金牌重要,说明了人们对自身的健康越来越重视,认为参加体育锻炼对自己的健康有益,所以积极参加体育锻炼的占74.7%;认为参加体育锻炼调节了情绪,改善了心情,精神面貌发生了变化,有心理调节和精神

调整的作用的占49.8% ;认为体育锻炼比营养更有利于健康的占80%。广州的调查报告表明,有89.7%的市民认为参加体育锻炼是为了健身和健康。而兰州的调查报告表明,有63.63%的市民认为参加体育是“花钱买健康,值得”。

在统计人们对体育功能的认识上可以看到,有31.8%的人是从健身强体功能上入手的,有59.4%的人认为体育是一项保健活动,认为体育在生活中处于非常重要和比较重要地位的占被调查对象总数的68.6%。由此可见,人们已经普遍提高了对体育的认识,转变了体育与健康的观念,改变了对体育的态度,体育已日益成为人们日常生活的重要内容。

据近年对奥地利、美国、芬兰3国25~55岁城市居民随机调查,认为体育首要价值在于健身的为48.6%,在于精神心理满足和娱乐的为46.3%。由此可见,把身心的健康与体育有机地联系在一起的已是世界性的理念与行为。我国城市居民对体育的价值观念已逐步成熟,理念与行为也逐步与国际接轨。从研究的结果中也可以看出我国人民经过改革开放后,改变与更新了体育的观念,对积极参加社会体育活动有了一个比较正确的认识与态度,从而产生了一个比较好的参与体育锻炼的动机。90%以上的国民支持北京申奥,说明了人们对的体育认识有了极大的改变。人们高度关心与积极参与体育的行为,使社会体育心理也呈现出前所未有的崭新局面,也给当前开展全民健身的提供了良好的契机。

### 1.2 国民参加体育锻炼的兴趣与行为的变化

社会心理学家认为,一个人的社会行为是来自他们对社会活动的认识与兴趣,是由人的思维决定人的行为。人们对体育的意识与动机是推动社会主体从事体育行为与活动,并维持这些行为与活动的主观原因和心理状态。人们的社会行为是在意识与心理基础上产生和发展起来的,是一定意识与心理的具体反映。而人们的体育行为可分为直接性与间接性。在对全民健身兴趣的调查中,有直接兴趣的占36.2%,爱好的占34.7%;一般兴趣的占27.0%,无兴趣的只占2.0%。可见,大多数国民对体育锻炼增强体质有较高的兴趣,表现出良好的体育参与意识与行为。在被调查认为有直接兴趣者中,有20.3%的认为体育健身是工作与生活需要,有26.6%的认为是健康与长寿的需要,10.3%的是娱乐需要。在间接兴趣者中,有74.0%的认为是增强体质的需要,37.1%的认为是社会工作需要,有22.0%的认为是社会效应需要。另外在对大学生参加体育锻炼动机的调查结果可以看到,有88.4%的认为是由于身心健康需要,54.0%的认为是形体健美需要,47.5%的认为是意志培养,27.2%认为是学习运动技能的需要,28.2%是社交需要,只有11.1%是为了刺激。大学生的体育动机反映了新一代年青人的体育社会心理状态,表现出年青一代较好的社会体育心理。

调查结果表明,有30.3%的居民能较为自觉经常参加体育活动,表现出直接参与的积极性行为,有86.6%左右具有间接性行为。由此可见,当前我国国民对参加体育的兴趣还有一定的差异性,需要加大对体育锻炼和运动健身与人的身心健康关系的宣传力度。调查结果也告诉我们,由于社会

各个人的地位、阶级、层次、角色、性别、个性、爱好,以及社会情境、学识、经历和经济基础的不同,使人们产生出不同的体育社会心理和各个不同的体育行为与习惯,从而形成了各种形态的社会体育行为形式,丰富与扩展了社会体育的内涵,活跃了社会大众体育与促进了全民健身的发展。

### 1.3 国民参与社会体育的消费及心理变化

体育作为社会生活的重要内容,也是属于社会生活消费。而消费是生产的目的与归宿,没有消费就没有必要生产。市场经济的发展能否不断满足人民群众物质文化需要,将取决于消费市场是否能持续、健康、快速地发展。我国对体育消费的需求,促使了体育消费产业的不断发展。根据国家统计局1995年对35个大中城市9100户居民家庭抽样调查结果显示,人均年生活消费支出4602元,其中文化体育消费支出109元,占2.2%,而国外这一项支出平均在8.0%以上。调查我国家庭对体育消费的投入中,有67.8%的家庭有体育消费的投入,年投入在20~50元的占67.4%,60~80元的占21.4%,100元以上的占11.2%。尽管目前我国人民对文化生活消费和体育消费有了很大的提高,但与经济发达国家相比仍有一定的差距。而我国沿海经济发达地区和中西部经济欠发达地区对体育的消费也有较大的差异性。

跨入新世纪,随着我国改革开放和市场经济的发展,人民物质和精神生活水平的不断提高,一些先富起来的家庭提高了体育与健康的社会认识,转变了体育健身与保健的观念,增强了“富而思健,富而思乐,富而思美”的社会心理,积极参加体育锻炼,同时也就增加了体育的投入与消费。这一方面极大地促进了全民健身运动,提高了国民的身心健康水平;另一方面也促进了体育消费。正如时下人们常说的:“花钱请人吃餐饭,不如花钱请人出身汗”。人们对体育观念与认识的转变,也给体育消费及体育产业的发展带来了极好的机遇。

调查结果表明,促进居民体育消费水平上升的主要原因有:一是表现出对体育认识和观念的转变,日益对体育运动和健身感兴趣的,占被调查的44.8%;二是社会经济的好转,有较高的收入,有一定的经济条件和物质基础,占26.6%;三是参加体育锻炼是满足生活与生存的需求,占25.7%;四是认为社区体育环境好,体育设施能满足体育锻炼的需求,运动健身比较方便,占17.7%;五是家庭条件好,经济收入较高,能承担体育运动锻炼的消费,占15.3%;六是受到同事和朋友的影响,群众体育活跃,表现出间接行为的占14.6%。由此可见,我国人民已经逐步形成了一个良好的社会体育心理特征。有专家认为,体育消费与服务的发展将是新世纪体育事业发展的一个新的经济增长点。

而体育产业也将是新世纪第三产业发展的一个新的趋势。然而,体育消费是与经济收入和生活水平相关。尽管我国逐步富裕起来的人们意识到体育锻炼和健康长寿的重要关系,不断地提高和加大了身体的健康和保健的投入与消费,但是与国外经济发达国家相比,仍有较大的差距。由此反映出我国居民体育消费意识与行为具有一定的滞后性,这就需要我们政府有关领导和决策部门,加强宣传力度,准确

把握人们的体育心理,正确引导人们的体育消费,促使我国体育社会心理逐步走向成熟,促进我国体育产业的稳步发展,使我国全民健身走向一个新的阶层,为增强国民身体素质服务,为提高我国综合国力服务。

## 2 人的社会心理与体育行为

社会心理学理论认为:“社会心理是人们在社会生活中自发产生,并相互影响的主体反应<sup>[10]</sup>。”它是主体在经过主体的感知、判断到行为所表现出来的一个完整的过程,并形成一种社会现象,成为一个社会态度与行为。由于人的行为是受人的生理、心理及社会诸因素影响的,受社会的物质与精神文明的制约。而人的心理、意识、需求、行为是一种动态的过程,是行为主体活动中形成与表现出来的。因此,在一定社会中,人的行为是在主体意识、感知支配下,按照一定规范进行,并取得一定结果的客观活动。同样,人的行为与心理是辩证统一的,人的心理活动影响和支配着人的行为活动,并通过行为直接表现出来,表现出社会性与自然性特征。然而作为生活在一定社会的人,他的行为必定受社会因素,如社会的政治、经济、教育、科学、道德等的规范与制约。“但是,社会规范不是直接对社会行为起约束作用,从社会规范到社会行为,其间必须经过社会心理这个中间环节。社会规范只有在人的社会化过程中,通过内化转变为内在行为准则,转变为心理过程,才能变为社会行为。否则,不经过心理世界的选择和接受过程,再好的社会规范也不能在实际上起作用<sup>[10]</sup>。”因此,体育的社会化与社会的体育化的发展,推行与实施《全民健身计划纲要》,制定与建立相适应的体育规章制度,科学引导、辅导、指导与规范全民健身行为,也“必须经过社会心理这个中间环节”,必须了解与研究这个“中间环节”对体育社会化的影响,从而加强决策、预测与实施管理的科学性、实效性与社会性,改变全社会对体育的认识,形成与建立一个良好的体育社会化的社会心理与环境的氛围,促进体育的社会化与国民身体素质的提高,从而直接或间接地促进国民综合素质的提高。

## 3 结论与建议

根据新世纪我国国民经济发展及社会体育发展和体育社会心理现状的实际,提出以下几个建议:

(1)加强对社会体育与社会体育心理的调查研究。建立社会体育心理监测和调控体系,以及时准确地了解社会体育心理的发展状况,准确地把握社会体育的需求和社会体育心理的特征,从宏观上和微观上调整、调控社会体育的体制和运行机制,正确引导与指导社会体育心理的正常发展,促进

我国体育事业的健康发展。

(2)根据社会成员的异质化及社会体育心理特征与特点,建立不同形式、不同层次、不同级别的社会体育运行体系与机制。社会各阶层、成员以及年龄、性别都有不同的体育需求的心理。因此,根据社会成员心理的差异性,推出内容丰富、形式多样化、简单易行、分别有效的体育锻炼方法及健身方法。根据社会成员层次的阶级性质的不同,分门别类、因人而异来划定不同调控指标和运行体系。

(3)建立有中国特色的现代健身与传统保健相结合的老年人社会体育体系和运行机制。我国全民健身计划是以青少年为重点的。但必须考虑到我国社会人口的逐步老年化,加大社区体育服务建设,大力发展社区体育事业,使社区、家庭、个人体育与社区保障事业有机地结合起来。

(4)在“体育社会学”与“体育心理学”、“运动心理学”等学科理论的基础上,建立“体育社会心理学”学科,完善我国体育社会心理学的理论体系,形成有中国特色的社会体育心理指标体系,使社会体育的发展和体育社会心理的研究能有完善和系统的理论指导。

## 参考文献:

- [1] 谢琼桓. 2010年中国社会体育的战略构想[J]. 体育科学, 1997, 17(2): 1-5.
- [2] 刘德佩. 对现阶段我国城市居民群众体育发展趋势的研究[J]. 体育科学, 1994, 14(3): 16-19.
- [3] 陈琦. 广州市居民参与全民健身运动的现状调查及对策研究[J]. 体育科学, 1997, 17(5): 11-15.
- [4] 骆秉全. 对北京市全民健身现状及其对策的研究[J]. 体育科学, 1997, 17(4): 23-26.
- [5] 陈青. 兰州市城市居民生活方式中体育生活的现状[J]. 体育科学, 1996, 16(2): 21-14.
- [6] 李思. 对广东省十四城市居民参与全民健身运动兴趣的调查研究与分析[J]. 体育学刊, 1995, 2(4): 12-15.
- [7] 阎永宽. 北京市中青年职工参与健身情况的调查[J]. 体育文史, 1997(6): 23-26.
- [8] 李敏卿. 试论体育社会心理与全民健身[J]. 广州体育学院学报, 1998, 18(2): 23-27.
- [9] 马克思恩格斯选集(第4卷)[M]. 北京: 人民出版社, 1972: 243-245.
- [10] 沙莲香. 社会心理学[M]. 北京: 中国人民大学出版社, 1988: 34-47.

[编辑] 李寿荣]