

<<基础休闲学>>

图书基本信息

书名：<<基础休闲学>>

13位ISBN编号：9787801902207

10位ISBN编号：7801902203

出版时间：2004-6

出版时间：社会科学文献出版社

作者：李仲广

页数：348

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：<http://www.tushu007.com>

## &lt;&lt;基础休闲学&gt;&gt;

## 前言

前言 一 休闲中心论：休闲学科发展的总概括 西方休闲思想有着悠久的历史，至少可以追溯到被西方学者奉为休闲学之父的亚里士多德，他把休闲誉为一切事物环绕的中心，是科学和哲学诞生的基本条件之一，认为工作的目的是为了休闲，人惟独在休闲时才有幸福可言，恰当地利用闲暇是一生做自由人的基础。

亚氏的休闲观如同他的其他理论，贯穿整个基督教时代。

在中国的先秦文化中，同样蕴藏着丰富的休闲思想内涵，其独特而深邃的理解会极大地丰富现代休闲学内含。

休闲思想在《诗经》中占有核心的位置，《大雅·生民之什·民亦劳止》直接阐述了休闲、小康和国家安定兴盛的重要性，“民亦劳止，汔可小康。

惠此中国……”，《小雅·十月之交》则强调统治者应该关心人民的休闲，“民莫不逸，我独不敢休”。

此外，《周易》的“不事王侯，高尚其事”，老庄哲学的“大知闲闲”等构成了中国六朝隐逸文化、唐宋兼收并蓄休闲文化、明清描写丰富多彩休闲活动的小品文以及近代人文主义的闲适文化等的哲学基础。

到近代，工业资本主义的发展使人的全面丰富性遭到空前的压抑，人异化为机器等单面的怪物，片面的物质享受和可怕的精神贫困撕裂着当代人。

因此，随着个人拥有的物质财富和自由时间的增多，人们弥补和发展精神生活方面的需求的显得尤为迫切。

休闲成为后工业社会的主要现象。

一些近代学者也已以其犀利的目光洞察到这一发展趋势。

马克思指出，闲暇增加是未来社会的根本条件和主要特征；罗素则进一步指出，运用闲暇的能力是检验人类文明的最后手段；此外，凡勃伦在《有闲阶级论》中也就休闲在社会经济中的影响系统地提出其重要见解。

20世纪之后，休闲问题在发达国家引起人们普遍关注。

休闲学专业教育在欧美大学普及开来，继而休闲研究步入了更为活跃的时期，众多学者在拓展休闲研究范围和理论建树方面取得了进展，极大地促进了基础休闲理论、应用休闲理论和休闲科学的发展，使休闲学科在今天已成为一个规模较庞大、结构较复杂的学科。

1917年，英国学者亚瑟·彭蒂在《对后工业国家的研究》一书首次提出，后工业国家是休闲国家，是一种充满闲暇、过着工匠式的家庭生活的社会。

1950年，美国学者里斯曼（Davis Riesman）明确提出了“大众消费”和“大众文化”的新观点，将休闲问题研究纳入社会学的范畴。

1955年，荷兰著名学者约翰·赫伊津哈发表《游戏的人》（Homo Ludens），这是休闲学研究领域的经典著作之一。

作者发现游戏作为文化的本质和意义对现代文明有着重要的价值，游戏不仅是人类文化的开端，也是生活与文化的中心。

人只有在游戏中才最自由、最本真、最具创造力。

1962年，葛拉齐亚在其论著《关于时间、工作与休闲》中指出，休闲是一种难得的使人崇高与成功的理想存在状态。

1963年，J·皮普尔的《休闲：文化的基础》充分阐释了休闲作为文化基础的价值和意义。

## <<基础休闲学>>

### 内容概要

《基础休闲学》探讨了休闲学的基础理论，并提供了一个理解休闲理论的基本框架。其主旨在于强化休闲学的基础理论研究，并力图在此基础上给出一个完整的休闲学理论框架。

休闲学是具有全方位、综合性、多层次、几乎触及社会所有分支的一个学科。

读者对象：理论工作者，科研人员，政策研究者和制定者，企事业单位管理人员，人文、社会科学各专业研究生及高年级本科生以及所有对休闲学知识感兴趣读者。

## &lt;&lt;基础休闲学&gt;&gt;

## 书籍目录

前言第一章 休闲学概述第一节 休闲研究的起源与发展第二节 休闲学的研究对象与性质第三节 研究休闲学的意义第四节 呼唤中国的休闲学第二章 闲 暇第一节 闲暇的概念与性质第二节 生活时间的历史变迁与闲暇的增加第三节 马克思主义闲暇思想第三章 个人闲暇配置第一节 生活时间结构第二节 闲暇分布理论第三节 现代人闲暇分布现状与特征第四节 个人闲暇管理与设计第四章 休 闲第一节 休闲的概念第二节 休闲的性质第三节 休闲的作用第五章 日常休闲活动第一节 休闲活动的类型与层次第二节 娱 憩第三节 旅 游第四节 游 戏第五节 体育与竞赛第六章 休闲的产生：动机与障碍第一节 休闲动机、意识与目的第二节 休闲动机理论第三节 休闲动机的类型第四节 休闲障碍第七章 休闲的过程：体验第一节 普通体验第二节 体验的类型第三节 体验与休闲第四节 体验的意义第八章 休闲的结果：畅爽第一节 畅爽的概念与特征第二节 畅爽模型第三节 畅爽：对休闲质量的衡量第九章 个人生命中的休闲第一节 生命周期第二节 生命周期与休闲第十章 休闲规范第一节 休闲的规范分析第二节 严肃休闲第十一章 人类历史上的休闲第一节 西方休闲发展史第二节 中国休闲史第十二章 休闲与工作第一节 工作理论以及工作与休闲的关系第二节 休闲与工作的关系第三节 休闲 / 工作范式的演进与转换第十三章 以休闲为中心的未來社会第一节 支持休闲增长的观点第二节 未来社会发展趋势与休闲中心地位的加强第三节 小康社会与休闲第十四章 休闲资源与组织第一节 休闲资源第二节 休闲组织参考文献附录1 重要术语附录2 重要英文人名

## &lt;&lt;基础休闲学&gt;&gt;

## 章节摘录

不可否认，近代工业革命导致了人类社会的生产力和生产关系发生了彻底的变革，迎来了人类发展史上的新时代，但是，与此同时，近代工业化所造成的令人不堪忍受的工作条件和资本家贪得无厌的强取豪夺，迫使工人们不得不通过利用有限的闲暇消遣来寻求自我表现、展示创造性和舒展被压抑的个性。

虽说当时的社会经济发展水平和作息时间尚无法保证人们拥有充足的自由时间实现发展自我的目标，然而，马克思以非同寻常的敏锐性洞察到自由时间的发展，无疑将带给人类社会以巨大的影响。

”马克思比凡勃伦早39年提出了“人的发展主要是有赖于自由时间多少”的科学见解。

在马克思以后的100多年间，他的思想深刻地影响了西方学者的闲暇与休闲理念。

尽管西方学术传统主要来自古希腊，但自由时间的思想渊源却在更大程度上来自马克思。

我们可以从西方闲暇研究者的著作中看到对马克思自由时间思想的引证和评价，并认为马克思是闲暇理论的奠基者之一。

1. 经济效益 人们愿意在休闲服务上支出多少钱呢？

人们在休闲服务上的实际支出对经济有多大影响呢？

近年来成百上千的研究证明休闲者显示出一种购买休闲时间和服务的强烈意愿，后者常常大大超出他们必须支付的进入或使用费。

这从实证上检验了休闲者所获得的很高水平的效用。

也许更有说服力的是休闲投资与消费的巨大经济效益的统计数据。

无论按现金流、收入、产出、还是按创造的就业机会来衡量，休闲产业都不仅仅是一个大产业，而且是世界上最大的产业之一。

狭义休闲产业包括旅游业、体育产业、大型节庆（Event）或设施管理、娱乐（Recreation）业。

在绝大多数发达国家或地区，休闲产业是最大的三个产业之一。

2000年，美国狭义休闲产业的产出超过4000亿美元，而广义休闲消费总支出超过12000亿美元。

旅行与旅游业目前是再期间现金流量最大的产业，比全球所有农产品或汽车贸易量都大，后两者都是世界市场交易的大项目。

在美国59个州的中，无论以产生的收入还是就业量衡量，目前有40个州的旅游业都处于所有产业部门中的前三位。

一些顾客消费的统计样本可以显示休闲产业有多大。

例如加利福尼亚迪斯尼乐园从1955年7月开业，到1992年6月，共吸引了3亿游客，得克萨斯州阿拉摩（Alamo）历史名胜地每年吸引220万游客，据1992年6月12日报道，卡罗拉多滑雪场最好的季节竟然有1040万滑雪游客。

一年不间断的众多体育运动更是吸引数倍于人口总数的目光。

有些传统观点认为上述对休闲的庞大支出不会持久下去。

然而，从1950年代以来，并没有迹象表明这些休闲支出有减少的趋势。

相反，不仅发达国家发展休闲产业，绝大多数发展中国家和地区也纷纷将休闲产业作为主导产业。

此外，许多人相信，休闲所具有的恢复身心健康的作用从量和质方面增加了工人生产率，并且减少旷工现象；而且，一个传统的常识认为，休闲活动有助于减少社会道德沦丧和异化以及它们带给社会的经济成本。

一 不平衡理论 心理上的稳定均衡状态是身心健康的表现。

当其种需要出现时，动机系统中的非均衡或紧张感随即产生，促使有机体做出相应的行为选择用以满足这种需要，从而达到新的均衡；需要被满足后，则心理状态趋于均衡；心理均衡之日正是行为终止之时。

不同的休闲行为和休闲环境对需要的满足程度也是互不相同的。

人类休闲行为的动机既可以来自生理方面，也可以来自心理方面。

生理方面的内驱力是人体维持、恢复生理平衡状态和发展生理状态的产物。

例如，身体疲劳时人就需要休息和放松，体态虚弱的人就需要进补或适当锻炼来增强体质。

## &lt;&lt;基础休闲学&gt;&gt;

这种调节和维持平衡的机制受人的自主神经系统的支配和控制。

当体内的生理平衡被破坏时，当人们意识到自己的生理系统需要改善时，生理性的紧张就会不期而至，由此会产生一种驱使个体从事活动以恢复、发展体内原有的生理平衡，消除生理性紧张的动力；平衡被破坏或失去的时间越长，这种生理性的紧张就越强，所引发的驱动力就越大。

这种由人体内部生理不平衡引起的驱动力，就是心理学家所说的生理内驱力。

生理动机基本上是先天的、本能的。

人类的生理状态和生理天赋是产生休闲的原因之一。

同自然人的机体内部的生理活动状态需要保持平衡一样，社会人的心理状态也同样需要维持一定的平衡。

这种平衡既包括认知上的平衡，也包括情感上的平衡。

只有心理上获得了平衡，人才会平和知足；心理上若不平衡，人就会食不甘、寝不寐，就会感到焦虑烦躁，由此就会驱使人去从事活动以恢复心理平衡。

这就是心理驱动力。

心理动机是人在社会生活中学习的产物，是后天的，是“以知识为基础”的，所以，接受过高等教育、从事智力工作的知识分子往往比一般人能承受更大的精神压力。

生活在不同社会环境中的人也会产生不同的、甚至截然相反的心理需要；换言之，正是由于个人生活在一定的社会环境中才导致了心理上的某种不平衡。

例如，在高校或专业学校工作的人容易对音乐或乐器产生偏爱；城市化生活割裂了我们与大自然的亲密接触，因此，都市人会产生向往自然的心理需要。

二个人/社团理论 有相当高比例的休闲行为受到所在团体的影响。

休闲行为常受到同年龄、同阶段的人、同学、同事、工作环境或邻里环境的影内。

我们所从事的休闲活动，多是受某个已然熟悉那种活动的人所启发，如下了班，同事相约去唱卡拉OK。

人类是喜欢社交、喜欢群体活动的。

旅游活动通常是结伴而行，而且同伴们常有同样问题、同样的背景、同样的宗教信仰、同样的政治归属感、同样的年龄阶段等，休闲成员组合将会使旅游行为变得更为可行。

和同伴一起出游除了加深彼此间的友谊、享受旅游的乐趣之外，还可以分享来自他人的旅游体验。

较之于小学儿童时代，青少年的兴趣与能力多已发展成形成，他们不再像以前那样参与多种休闲活动，探索各种休闲行为的可能性，通常只固定于少数几种较有兴趣也有能力进行的休闲活动，再专注于其中逐步精通，发展更深一层的兴趣。

青少年时期的二个重要发展任务在手建立自我认同，培养自信心；透过从事休闲活动，青少年可进一步认识自己，测试种种不同的价值观，这有助于自我认同的确立。

在青少年时期，友谊的建立与同伙的认可是非常重要的。

这个年龄层的人已较难像幼年时仅靠从事共同的活动或讨人喜欢的外表与他人建立起友谊，而彼此性格相合、意气相通是建立友谊的必要条件。

透过休闲活动，青少年们有机会从不同的角度来认识彼此、练习社交技巧，与志同道合者建立友谊。

奇克森特米哈伊和里德·拉尔森（Reed Larseh）对美国芝加哥市一个中产阶级郊区的高中生做的一项时间生活经验的研究中，将高中生进行的活动分为三类；生产性活动（包括就学与工作）、维持性活动（包括进食、做家务、通勤、休息）与休闲活动（包括看电视、社交、运动游乐，非学校功课的研读、音乐、艺术等）。

三者所占的时间比例分别为29%、31%与40%，可见在美国中产阶级的文化中，休闲是青少年生活的重要基调，所占时间比例相当大。

帕克模型 通过考查工作与休闲的分离程度我们会发现，休闲与工作既可能混合在一起，也可能截然分开甚至成为对立的两极。

但无论怎样，休闲与工作的关系都将会影响休闲在我们的生活中所扮演的角色。

休闲与工作的以上两类关系分别被维伦斯基称为“延伸”（Spillover）和“补偿（Compensatory）。前者是工作向休闲流畅的蔓延，这种蔓延使得休闲不过是工作心境、工作心态和工作形式等的延续；

## &lt;&lt;基础休闲学&gt;&gt;

而于后者，休闲则成为一种补偿，可以弥补工作时的缺憾和不满足感。

帕壳在延伸与对立（补偿），之间增加了一个中立项，从而将这种休闲 / 工作关系模型又推进了一步。

他提出一个三项关系模式：休闲是不同工作体验的反应，休闲活动受限于与人们工作方式相关的种种因素，如工作的自主性、参与性和满意度；延伸型关系的关键特征是工作与休闲这两种活动基本相似，二者之间并没有严格的界限。

社会工作者、成功的商人、医生、教师以及从事类似职业的人员是此类休闲工作关系模式的典型代表。

对立型关系的基本特征则是有意使工作和休闲有所区别，并且二者之间有着截然分明的界限。

这种类型的典型代表是那些从事体力劳动的工人，比如矿工、采油工，他们或者恨透了自己的工作，下班之后提都不肯提它；或者对工作既爱又恨。

第三类关系模式，也就是中立型模式，其大致特征是：工作和休闲的内容不尽相同，二者之间只有一个“大概的”界限。

但第三种模式并不是延伸和对立关系的折中，因为它强调了休闲之于工作的相对独立性，而不像前两者那样强调休闲之于工作或积极或消极的依附性。

属于中立关系模式的工作被彼得·伯格称做“灰色工作”——既没有成就感，也没有压抑感。

同时，做这种工作的人在他们的休闲生活中也倾向于被动和观望，这与他们在工作中的态度如出一辙。

。

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:<http://www.tushu007.com>