

文化、自我建构与中国人的休闲

刘慧梅¹ [加拿大] 戈登·沃克²

(1. 浙江大学 外国语言文化与国际交流学院, 浙江 杭州 310058;

2. 阿尔伯塔大学 体育与游憩学院, 阿尔伯塔 埃德蒙顿 T6G 2H9)

[摘要] Markus 和 Kitayama 提出了独立型自我建构与互依型自我建构概念: 独立型自我个体崇尚彰显自我价值和与众不同, 愿意把自己从环境和他人中脱离出来; 而互依型自我建构个体重视人与人之间的关系, 密切关注他人的需求与感受, 愿意把自己融入环境和他人关系中。自我建构概念对理解中国人的休闲非常有益。第一, 互依型自我建构特征影响着中国人的休闲认知, 大部分中国人认为参加休闲活动可以增进家人感情和促进人际和谐, 该认知进一步影响了休闲活动选择和休闲制约。第二, 互依型自我建构特征还影响着中国人的休闲情绪。中国人喜欢温和情绪体验, 与西方人相比更喜欢静态的休闲活动。第三, 互依型自我建构特征也影响着中国人的休闲动机。西方学者认为休闲的核心特征是自由选择和自主性。但大量研究表明, 它们最适于西方独立型自我建构个体, 对处于东方文化中的互依型自我建构个体来说, 人际关系和归属感比自由选择更重要。

[关键词] 中国文化; 认知; 情感; 动机; 自我建构; 独立型自我建构; 互依型自我建构

Culture, Self-Construal and Chinese People's Leisure

Liu Huimei¹ Gordon Walker²

(1. School of International Studies, Zhejiang University, Hangzhou 310058, China; 2. Faculty of Physical Education and Recreation, University of Alberta, Edmonton T6G 2H9, Canada)

Abstract: The purpose of this paper is twofold: (1) to introduce the concept of self-construal, to describe how it could affect Chinese people's cognitions, emotions, and motivations, and to discuss how these, in turn, could influence Chinese people's leisure (e. g., motivations for, constraints to, and participation in). And (2) to call for Chinese leisure researchers to use caution when introducing and applying leisure concepts and theories developed in the West.

To achieve the above, we first review some of the key Western leisure concepts and theories that have been introduced and extensively cited in the Chinese leisure literature. These include, for example, the definition of leisure and leisure constraints theory.

[收稿日期] 2014-03-25

[本刊网址·在线杂志] <http://www.journals.zju.edu.cn/soc>

[在线优先出版日期] 2014-05-28

[基金项目] 国家社会科学基金项目(10BGL47); 中央高校基本科研业务费专项资金项目(2011023)

[作者简介] 1. 刘慧梅, 女, 浙江大学外国语言文化与国际交流学院副教授, 博士生导师, 主要从事休闲跨文化研究; 2. 戈登·沃克, 男, 加拿大阿尔伯塔大学体育与游憩学院教授, 美国休闲科学研究院院士, 主要从事休闲行为与休闲理论跨文化研究, 尤其是中国与加拿大休闲比较研究。

Secondly, we discuss the concept of self from both a philosophical and a psychological perspective. In terms of the former, for thousands of years people have tried to answer the question "Who am I" and to address other issues associated with the "self." European thinkers such as Descartes said *Cogito ergo sum* (i. e. , "I think, therefore I am"), while Kant advocated for "self-consciousness." Asian thinkers have likewise done so. Confucius, for instance, believed that one should explore thoroughly the rules of the universe, understand totally the nature of human being, and then know that one should observe Nature and can never disobey Him. Similarly, according to Daoism, returning to one's nature, then Heaven, Tao and eternal self are combined together, while Buddhism claims that, if you know your true self, you can become a Buddha. In terms of the latter, one of the most often-cited psychological self-concepts is Markus and Kitayama's (1991) "self-construal." These researchers held that there are two types of self-construal— independent and interdependent — with the former placing greater emphasis on being unique and expressing one's inner attributes, whereas the latter placing greater emphasis on belonging, relatedness, and maintaining harmony. It is important to note here, however, that a person is not one or the other, but rather both, with a tendency toward either independence or interdependence. Also noteworthy here is that Markus and Kitayama proposed that independence was more common in Western cultures and interdependence was more common in Eastern cultures and, further, that this in turn would have important implications for how each thought, felt, and was motivated to act.

Thirdly, based on Markus and Kitayama's (1991) conceptualization, the authors argue that self-construal is instrumental in understanding Chinese people's leisure cognitions, emotions, and motivations. For example, because Chinese are more likely to be interdependent, they are also more likely to view leisure as an important means for maintaining relatedness and harmony among family, friends, and relatives, rather than a means of self-growth or being oneself. Also affected are Chinese people's leisure choice and constraints in that they are more likely to choose collective leisure activities, such as group dancing in open spaces and public squares, to be with others and establish harmonious relationship between friends. Lastly, Chinese people are also more likely to sacrifice their own leisure time and opportunities because of family obligations, thus experiencing more constraints to leisure.

Chinese people's emotional responses during leisure could also be influenced by their interdependent self-construal. Tsai, Knutson, and Fung (2006) suggested that having an interdependent self-construal could be associated with preferring low arousal emotions, controlling and regulating one's emotions in order to maintain social harmony. This tendency could help explain why the majority of modern Chinese people prefer passive leisure activities. This argument is also congruent with the passive aspect of traditional Chinese leisure activities, such as the four accomplishments of the old scholars (lyre-playing, chess, calligraphy, and painting) and other leisure activities including tea and wine drinking, visiting festival temple fairs, bird and fish watching, fishing, hawk-flying, kite-flying, shuttlecock kicking, riddle guessing, gardening, opera, epigraphy, get-togethers for couplet and poet writing and appreciating, the gathering on March the third (lunar calendar) sitting around a winding canal and drinking the cup of wine while it stops from floating, and slow and peaceful exercises like Tai chi and sword

dancing.

Chinese people's motivation for participating in leisure activities could also be impacted by the type of self-construal they hold. For example, independent self-construal individuals may be more likely to favor "freedom of choice" or "autonomy," and these two variables are core features of leisure concepts and theories in Western literature. Because leisure research in China has been influenced by Western leisure studies, many Chinese researchers may regard these two variables as essential part of Chinese leisure too. However, existing studies suggest that, for interdependent self-construal individuals, relatedness may be more important than freedom of choice or autonomy.

In summary, this paper makes an important contribution to the literature in two ways. The first involves identifying the important role that the concept of self-construal plays in understanding Chinese people's cognitions, emotions, and motivations and how these in turn can influence their leisure motivations, leisure constraints, leisure participation, etc. This knowledge, we contend, could help Chinese leisure practitioners in terms of designing programs, selecting promotional and advertising material, etc. The second contribution is that it indicates caution is called for when blindly importing Western leisure concepts and theories into non-Western countries such as China. After reviewing the extant literature, the authors propose that the two important defining features of leisure — freedom of choice and autonomy — might not necessarily be as important for Chinese people, who are more likely to have an interdependent self-construal and thus emphasize belonging. Thus, Chinese researchers should be careful when borrowing leisure concepts and theories and applying them in China without taking Chinese culture into account.

Key words: Chinese culture; cognition; emotion; motivation; self-construal; independent self-construal; interdependent self-construal

在于光远和马惠娣两位开创者的带领下,中国的休闲研究已经走过了近二十个年头^①。这二十年间,中国学者大量介绍和引进西方的休闲概念(如休闲定义)和休闲理论(如休闲制约)^[1-3]。但对一些重要的休闲学概念,比如本文所探讨的“自我建构”等理论则还未引起中国休闲学者的重视。同时,在介绍和引进西方休闲概念及理论的过程中,我们也发现一些盲目照搬,或者并没有完全消化吸收但却大量援引并用于指导中国休闲实践的现象。因此,本文的研究目的有二:一是探讨自我建构概念对理解中国休闲的意义及作用;二是提醒中国休闲研究人员,在应用西方休闲概念和理论时应谨慎考察其文化适应性。

一、文化与自我建构

人类千百年来从未停止过对“自我”的探寻,人们渴望回答“我是谁”这个哲学命题。大哲学家笛卡儿主张“我思,故我在”,康德则倡导“自主意识”。中国的儒家学说认为君子一日三省,天人合

^① 参见 H. M. Liu & M. Li, "Leisure in China," in G. J. Walker, D. Scott & M. Stodolska (eds.), *Leisure Matters: The State and Future of Leisure Studies*, State College: Venture Publishing, in Press.

一;道家则宣称返璞归真,我与道同;佛教宣扬物我皆空,明心见性,识得真我,便可成佛。或许从哲学角度认识“自我”、回答“自我”问题实在过于深奥,但心理学家对“自我”的探索却获得了中西方学者的共鸣,尤其是 Markus 和 Kitayama 提出的“独立型自我建构”(independent self-construal) 和“互依型自我建构”(interdependent self-construal) 概念^[4]。

社会科学研究的目的是主要有呈现、解释和预测三种。(社会)心理学家们的使命则驱使其不满足于仅仅呈现事实,而是把研究重点拓展到对行为的解释和预测上,因此,社会心理学家往往会提出各种概念和理论来解释和预测人们的行为。一些社会心理学家尤其关注跨文化视角,从跨文化角度提出理论,以期解释不同文化背景下人们行为的异同。正是基于这样的背景,Markus 和 Kitayama 提出了自我建构概念,用以解释和预测中西方文化背景下人们的行为。Markus 和 Kitayama 认为,西方文化中的个体有一种强烈的信念,即与生俱来的独立性。这种文化的使命就是独立于他人、发现并表达个人的独特个性。为了达到对独立性的文化诉求,个体的行为主要通过遵循个人内心的想法和感觉来实现,而不是遵循他人的想法和感觉来实现^[4]。著名人类学家 Geertz 认为:“一个有边界的、独一无二的、完整的、动机和认知统一的体系与一个拥有意识、情感、判断和行动的动态核心,形成一个鲜明的个体,该个体与他人及社会和自然背景迥异。”^[5]⁴⁸ 这种自我观念来源于每个人相信自身内心特点的整体性和独特性。同时,这种自我观念也导致一些相关价值的形成,比如“自我实现”、“实现自己的价值”、“表达自己的需求、权利和表现自己的能力”及“发掘自己独特的潜力”等等。这些重要的观点都包含一个共同概念:自我就是自治且独立的个体。所以,西方文化都重视个体的独特性,每个个体也都想方设法证明自己与众不同。西方文化中的个体对自我的认识是把自己独立于周边的环境和人群,把自己从环境中抽离出来,凸显自己的鲜明特征。这就是 Markus 与 Kitayama 界定的“独立型自我建构”概念。

与西方的独立型自我建构相比,东方文化强调的是人与人之间的重要联结。“所谓的互依性就是将自己看成是具有包容性的社会关系的一部分,个人行为取决于并且很大程度上是由关系中他人的思想、情感和行为决定的。”^[4]²²⁷。这种自我观念以及自我和他人之间关系的特点是,个人并不脱离社会环境,而是与他人联系。人们想方设法地适应周围的人、完成义务和设定责任,就是要成为各种人际关系中的一部分。不同于独立型自我,这种自我构建中的重要特点是在互相依赖的各种人际关系及社会关系中找到自我,因此称之为“互依型自我建构”。

在东方文化中,强调基本元素的不可分离性,包括自我与他人、人与情景的不可分离。比如在中国文化中,强调将问题或者情景的有机组成部分合成统一且和谐的整体进行考察^[6-7]。这也就是儒家的“天人合一”和道家的“我与道同”。Bond 指出,中国人能够理解儒家哲学所强调的这种息息相关、惠及万物的思想本质^[8]。Hsu 认为,儒家的重要伦理范畴“仁”意味着个体需以诚待人、以礼待人、与人为敬,强调的也是人与人之间的关系^[9]。换言之,东方互依型个体对自我的认知是把个体当作整体环境的一部分,或者通过自我与他人的联系,包括与亲人、同事等等的关系来确认自己的身份与地位。

Markus 和 Kitayama 进一步指出,美国文化与中国文化就是独立型自我建构与互依型自我建构的典型代表^[10]。前者强调个性和不可剥夺的权利,如《独立宣言》中规定的生命权、自由权以及追寻幸福的权利;后者看重等级关系及人际和谐,这类思想在中华文化经典即孔子的《论语》中比比皆是。美国人和加拿大人,或者更确切地说,欧裔美国人和欧裔加拿大人以及西欧人拥有独立型自我建构,因此他们更注重个人特性、个人权利、内在特征表达、个人目标提升。而亚洲、非洲以及南欧人拥有互依型自我建构,因此,他们更看重归属感、合群、和谐的关系、自我约束以及实现他人的目标。

但我们也应注意,某种文化作为一个整体可能更倾向于其中一种自我建构方式,可是每个文化个体可能兼具独立性和互依性的一些特征。因此,在个人层面,每个人都拥有独立性和互依性的某

些特征^[11]。比如, Triandis 就提到西方文化中的某个具体个体可能拥有 70% 的独立型自我建构和 30% 的互依型自我建构, 而中国文化中的某个个体则可能拥有 70% 的互依型自我建构和 30% 的独立型自我建构^①。总体而言, 中国文化背景下的个体拥有更多的互依型自我建构。我们要注意的另一点是, 互依型自我并非关切任意其他人的需求、愿望或目标, 他们的关切具有高度选择性, 往往只给予“群体内”的人^{[4]229}。

二、自我建构与中国人的休闲认知

Markus 和 Kitayama 认为, 个体的自我建构会对个体的认知、情绪以及动机三个方面造成影响。本文重点讨论中国人的互依型自我建构如何影响中国人的休闲认知, 并进一步影响中国人休闲活动的选择以及参与休闲活动过程中所受的障碍及制约。

根据 Markus 和 Kitayama 的观点, 中国文化孕育了互依型自我, 而互依型自我个体会比独立型自我个体对他人更关切、更敏感, 这种互依型自我所独有的关切度和敏感性使中国人对他人或自己与他人的关系有着更详细的认知与解读^[4]。这种观点与中国传统儒家思想一致, 比如, 儒家提倡“孝、忠”, 强调做人要孝顺、守律、奉献、有责任等等, 也提倡尊卑有序。在中国传统文化的影响下, 个人的需求被置于家庭或集体的需求之下, 因为这样才能更好地维持和谐。

互依型自我建构以及中国传统文化对中国民众的休闲认知产生了一定影响。认知(cognition)是指通过心理活动(如形成概念、知觉、判断或想象)获取知识, 是人认识外界事物的过程, 即对作用于人的感觉器官的外界事物进行信息加工的过程。习惯上将认知与情感、意志相对应^[12]。在休闲研究领域, 西方学者研究休闲认知时通常把它与一个范围更广的概念——“态度”(attitude) 联系起来考察。态度是指对某一特定人、事、物所持的一种相对持久的取向。根据心理学家 Rosenberg 和 Hovland 的定义, 态度是媒介自变量(刺激)与因变量(行为)的中介概念, 由认知、感情与行为三者构成^[13]。休闲态度在西方休闲研究中是一个重要议题, 因为个体对休闲的态度会很大程度上直接决定个体最后的休闲行为。比如, 计划行为理论(theory of planned behavior) 认为, 个体的态度、主观规范(subjective norm) 和感知到的行为可控性(perceived behavioural control) 三个方面一起形成意图(intention), 而意图再导致行为的发生^[14-15]。因此, 个体的休闲态度是西方 20 世纪八九十年代一个重要的研究议题。为了更好地理解个体对休闲的态度, 包括对休闲的认知, 西方学者制定了一些量表, 其中以 Ragheb 和 Beard 制定的“休闲态度量表”最有影响力^[16]。该量表包括 36 个题项, 各有 12 个题项分别测量休闲认知、休闲情感和休闲行为三个部分。测量休闲认知的题目包括从事休闲活动是对时间的明智利用, 休闲对个体、社会和健康有益, 能促进友谊、提升幸福感、提高工作效率、恢复体力、增加社会交往及加快个体成长等等。

中国休闲研究发展的这二十年中, 只有一项学术研究调查了中国民众的休闲认知。2013 年, 宋瑞与沈向友就曾做过一项全国性的“中国国民休闲状况调查”, 该调查的具体执行机构是零点集团下属的零点指标数据公司。调查的一个重点就是了解中国民众的休闲认知。作者在西方文献的基础上, 利用 Ragheb 和 Beard 构建的休闲态度量表, “结合中国的集体主义倾向、城乡分割现实、文化传统特色(如家庭伦理等)以及近年来日益严峻的环境问题等设计分析框架和量表”^②。值得

① 转引自 D. A. Kleiber, G. J. Walker & R. C. Mannell, *A Social Psychology of Leisure*, State College: Venture Publishing, 2011, p. 331.

② 参见宋瑞、沈向友《中国国民休闲状况调查: 休闲态度的实证分析》, 《2013 中国(杭州)休闲发展国际高峰论坛学术手册》, 第 118-132 页。

特别注意的是,她们提到了“结合中国的集体主义倾向”,说明研究者在问卷设计中考虑到了中国的传统文化影响。她们设计了20个问题来测量中国民众的休闲认知,比如“我目前的人生阶段,发展事业比休闲更重要”、“我目前生活中,很多其他事情比休闲更重要”、“休闲有益健康”、“休闲就是游手好闲”、“在休闲上花钱是值得的”、“休闲是幸福生活的重要组成部分”、“多参加休闲活动,实际上能提高工作效率”、“休闲不利于社会经济发展”、“休闲就是吃喝玩乐、物质消费”、“休闲是少数人的专利”、“休闲是社会文明程度的标志”、“休闲能让人和人之间的关系更和谐”、“经常参加休闲活动,能结交更多新朋友”、“休闲活动能提供更多和家人在一起的机会”、“通过休闲活动能增进家人之间的感情”和“经常参加休闲活动能让家庭更幸福”。其中最后四个题项涉及人与人之间的关系,包括与家人及与朋友的关系。宋瑞与沈向友的研究结果显示,“绝大多数人(79.6%)同意或非常同意休闲的各种好处,如认为参加休闲活动增加和家人共处机会,从而增进和家人的感情和总体的家庭幸福、通过休闲可以结交朋友、休闲促进人际和谐、休闲有益健康、休闲有益提高工作效率等”^①。Ragheb和Beard的原问卷中有两个涉及独立型自我建构特征的题项:“休闲是自我提升的一种方式”和“休闲可以让我成为我自己”,对此,宋瑞和沈向友所做的调查并没有采用,因此,我们不能了解此次调查中受访者的“独立型自我建构”分值,但两位作者的研究结果验证了互依型自我建构的特征。根据Markus和Kitayama的观点,互依型独立自我的人“强调的是个体和他者之间的重要联系,也就是关注、适应以及依赖他人的和谐联系”^{[4]224}。受访者强调通过休闲活动可以促进和谐,增进家人感情,让家庭更幸福,结交更多朋友,以此说明中国民众对人际和谐的重视,并认为参加休闲活动可以帮助实现和谐的人际关系,这符合互依型自我建构的诉求。

互依型自我建构通过影响中国民众的休闲认知,进一步影响中国民众休闲活动的选择以及休闲过程中的障碍和制约。互依型自我因为强调人们的相互联结,所以通常情况下会选择群体性的休闲活动,因为参与这些休闲活动能满足互依型自我的情感需要。比如,中国各地流行的广场健身舞,公园里的集体舞剑、打太极拳,青年人喜欢的卡拉OK等群体性休闲活动。在这些活动中人们都是成群结队参与的,特别是广场舞,一起练习的人竟然可以到达几百人甚至上千人。根据陆晨对湖南吉首市五个社区的调查,广场健身舞是参与人数最多的活动,其余分别为交谊舞、羽毛球、登山、篮球和乒乓球^[17]。这些活动基本上都是集体型活动。而广场健身舞的作用,如“沟通情感,化解矛盾,促进社区文化以及和谐社区建设”^{[18]491}也正符合互依型自我建构的情感需求。因此,广场健身舞受到了中国各地人们的喜爱,成为近年来参加人数最多的大众休闲活动。

同样,互依型自我建构还影响中国民众参与休闲过程中感受到的障碍和制约。休闲制约是美国的Crawford和Godbey及加拿大的Jasckson三位学者于20世纪八九十年代提出的理论^[19-20]。制约是指“限制休闲偏好形成或阻碍人们参与并享受休闲的因素”^{[21]62}。该理论把制约分成三类:个人内部制约、人际制约和结构性制约。个人内部制约是个人的心理状态、特征,比如休闲的技巧、能力、压力、焦虑、对休闲机会的主观评估、兴趣、参与的意愿等等。人际制约是指人际交往中碰到的困难,比如缺乏伙伴,以及社会环境的影响。结构性制约是指外部的困难,比如缺乏资源、设施、时间、金钱等等。根据本文第二作者的一项有关中国和加拿大休闲制约比较研究的结果,中国学生比加拿大学生更容易受到个人内部因素及人际因素制约,而加拿大学生则更容易受到结构性制约^[22]。在中国,很多人为了家庭的责任、义务及和谐,不得不牺牲自己的休闲时间和休闲机会。比如,一位女性几年前告诉作者:“我已经买好了舒适堡的健身卡,但是我公公反对我去健身,认为在小区里锻炼一下就行,完全没有必要去健身房里锻炼。为了不影响家庭和谐,我只得把我的健身卡送给了我朋友。”而

① 参见宋瑞、沈向友《中国国民休闲状况调查:休闲态度的实证分析》,《2013中国(杭州)休闲发展国际高峰论坛学术手册》,第124页。

Chick 和 Dong 也发现,中国传统、义务和责任使得很多爷爷奶奶、外公外婆都放弃了自己的休闲活动来照看孙辈^[23]。众多中国的实证调查研究也表明,照顾家人(比如老人、小孩)的责任导致个人休闲意愿及休闲时间的缺乏是一个重要的休闲制约因素^[24]。此时,互依型自我建构的中国文化传统因为太顾及家人或朋友的感受,为了家庭的责任、义务与和谐,比独立型自我建构的个体更容易放弃和牺牲自己的休闲时间和休闲机会,从而给自己的休闲参与带来更多的障碍与制约。

三、自我建构与中国人的休闲情绪

自我建构类型除了影响个体的认知,还会对个体的情绪带来影响。情绪是人对客观事物是否符合自身需要而产生的态度体验。人类学家 Rosaldo 和 Lutz 提出,文化在情绪体验塑造中发挥着重要作用^[25-26]。Lutz 认为:“情绪是文化和人际关系的产物,能够在相关关系人之间互相命名、证明以及说服。情绪意义便是一种社会的而不是个人的获得,是社会生活的产物。”^{[26]5}

有些情绪比如愤怒、沮丧和骄傲,强烈表达了个体的内心特质(他/她的需求、目标、欲望或者能力),被称作以自我为中心的情绪。与互依型自我不同,独立型自我更常表达和体验情感。另一些情绪,如同情心和内疚强调的是对他人境况的感受。这种情感以他人为中心,衍生于对他人的敏感度、想他人所想,并试图建立人际关系。体验这样的情感就是强调了互依性,促进善意行为的互惠交换,进一步导向合作性社会行为,是互依型自我的重要特征。互依型自我往往能够有效控制情感的表达和体验。以他人为中心的情感并不鼓励对内心特质的自我表达,会抑制剧烈的情绪。所以,一般情况下,独立型自我强调热烈的情绪表达,而互依型自我会控制自己、表达温和的情绪。Tsai 和 Levenson 的研究进一步证明了亚裔美国人比欧裔美国人在情绪上更加温和^[27]。此外,西方人很大程度上认为情绪的表达和释放对人的生理和心理都有益处^[28],而中国文化认为爱、愤怒以及兴奋等情绪都应该含蓄表达^[29-30]。Bond 和 Hwang 也指出,中国人认为情绪温和及情绪控制(即含蓄)有助于建立和谐的关系(即随和)^[31]。

迄今为止已有四项关于休闲与情绪关系的调查^{①[32-34]},其中两项是华人与加拿大人休闲和情绪关系的比较。Spiers 和 Walker 考察了华裔及英裔加拿大人的休闲满意度与幸福感及温和性情的关系。研究发现,华裔加拿大人的休闲满意度与幸福感及温和性情呈现出积极的正相关关系^[32]。换言之,华裔加拿大人倾向于温和型的休闲活动,因为温和型休闲活动能提升休闲满意度和幸福感。最新证据来自 Mannell^② 做的一项关于中国大学生及加拿大大学生休闲与理想情绪(ideal affect)的比较研究。总体来看,他的研究结果与前人的研究一致。

中国人的互依型自我建构带来的温和情绪倾向,使中国人更喜欢选择能带来温和情绪而不是剧烈情绪的休闲活动和行为。中国人更希望能从休闲中获得平和、平静和放松的心情。这种倾向贯穿于中国传统文化及休闲历史。文房四宝、琴棋书画、诗词歌赋等等游憩形式,及那些辑录有休闲思想内容的作品,从《诗经》、《楚辞》、汉赋、唐诗、宋词、元曲到明清闲适小品,以及许多汇聚中华文化精华的娱乐形式,诸如赶集、庙会、放鹰、养鸟、观鱼、垂钓、猜谜、楹联、诗社、书院、风筝、踢毽、打拳、舞剑、啜茗、嚼蟹、书市、园林、流觞、国画、曲艺、管弦、戏曲、书法、金石等,均表达着中华民族的聪明与智慧、道德与伦理、勤劳与善良^[35]。“流水之声可以养耳,青禾绿草可以养目,观书绎理可以养心;弹琴学字可以养脑,逍遥杖履可以养足,静坐调息可以养筋骨。陶渊明的‘采菊东篱下,悠

① B. Mannell, "Culture, Ideal Affect, and Ideal Affect-Actual Affect Discrepancies during Leisure and Non-Leisure Episodes," MA Thesis, University of Alberta, 2014.

② 出处同上。

然见南山’,非常有代表性地表达了休闲之境界——自我心境与天地自然的交流与融合——体悟到了精神世界与客观世界的和谐统一。”^{[36]导言,3}马惠娣列举的上述各种休闲方式或者休闲情境都是适合温和情绪表达的,不同于西方独立型自我所崇尚的剧烈刺激性的惊险的休闲活动。

不但古人青睐温和情绪表达的休闲方式,现代人最常参与的休闲方式也一样。根据马惠娣在《中国公众休闲状况调查》一书发布的调查结果,对中国在业者来说,休闲活动时间排在前几位的分别是:体育锻炼、室外散步(平均每天18.73分钟),无事休息(闲呆,闭目养神)(15.96),从事社交活动(走亲访友,约会,聚餐等)(11.27),下棋、打牌(10.8)。上海市区居民不同群体中排名前五位的活动内容分别是看电视、读报看书、闲逛、听广播、下棋打牌^[36]。同时,中国人民大学生活时间分配研究课题组调查结果显示,“北京居民平均每天有2小时39分钟用在看电视上,占总闲暇时间的46.22%,占全天的11.04%。看电视是闲暇时间里占有时间最长的活动”^{[37]19}。随着技术的进步,网络的使用越来越普遍。《小康》杂志社与清华大学媒介调查实验室在2012年对中国的调查显示,上网已经取代了原来的看电视,遥遥领先,成了排名第一的休闲活动,51.3%的受访者最常进行的休闲活动是上网^[38]。各种调查均显示,无论是无事休息、走亲访友,还是看电视或者上网,中国民众喜爱的、最常参与的还是静态的休闲活动。

国外学者的研究也同样得出了类似结果。Chang和Card观察到逛公园是中国人较喜爱的休闲活动。那些皇宫贵族建立的皇家园林,文人商贾建造的私家园林,充满了文化遗迹和历史记忆,给家人、朋友和亲戚提供了安静和放松的休闲空间。他们还观察到,中国人另一大喜好的休闲活动就是亲朋好友一起到饭店吃饭,并把这称为“中国全民的休闲活动”,食物“在中国休闲历史上起到了非常重要的作用”^{[39]16}。又如,本文第二作者在一项对中国大陆与加拿大大学生的休闲比较研究中发现,84%的中国大陆学生表示他们最常参与的或者最喜爱的休闲活动是静态的休闲活动^[40]。针对中国人喜欢静态休闲活动的情况,Tsai等人提出的解释是,中国人喜欢低度唤起的正向情感(low-arousal positive affect),而西方人喜欢高度唤起的正向情感(high-arousal positive affect)^[41]。这与Markus和Kitayama提出的互依型自我与独立型自我概念是一致的,证明了自我建构对情绪的影响。互依型自我因为倾向温和型的情绪表达,因此所参与的休闲活动多为静态型。即使是参与运动,传统的太极、气功等养生活活动也强调举动轻灵、用意不用力,以静制动,以柔克刚。

四、自我建构与中国人的休闲动机

除了影响个体的认知、情绪,不同的自我建构类型还会影响个体的动机。动机是引起个体活动,维持并促使活动朝向某一目标进行的内部动力^[42]。独立型自我建构个体如果可以通过参与某项活动提升自己成为更好的独立个体(如特立独行,表达出内在特质),那么他们会更有兴趣和动机参与此项活动。而对互依型独立自我建构个体来说,拉近与他人关系(如拥有归属感、和谐的关系、合群)是他们积极情绪的来源,因此,如果某项活动可以实现这些目的,那么互依型自我建构个体参与该活动的动机会更强烈。

与独立型自我建构密切相关的心理学理论——自我决定理论(self-determination theory)也立足于解释个体参与某项活动的动机^[43-44]。Ryan和Deci指出,外在动机是指为了达到外在的某个结果而去做某项事情,而内在动机是指为了达到个人内在的满意而去做某项事情^{[43]71}。Deci和Ryan认为人们有三个核心需求:能力、相互关系(即与他人产生联系的欲望,去爱、被爱、关心、被关心)和自主性(即自由选择)。他们还认为,“当核心心理需求得到满足会促进内在动机;反之,需求不被满足时,内在动机将会减弱”^{[44]233}。

独立型自我建构和自我决定的理论在西方各种休闲场景中获得了绝佳的验证。例如,Fiske

等人提供了一个日常休闲活动的例子,当人们去购买咖啡的时候,营业员往往对顾客提出以下问题和选择:你是要普通咖啡还是脱因咖啡?是瑞士水加工还是化学式脱咖啡因?是大杯、中杯还是小杯?是哥伦比亚、埃塞俄比亚、榛子味、巧克力覆盆子味还是冲调式综合咖啡?是要有机的还是普通的?浓咖啡、法式烘烤咖啡还是淡咖啡?要不要加肉桂、巧克力或肉豆蔻?是要加奶油、牛奶还是奶精?是要加红糖、精制糖、阿斯巴甜还是糖精?在这儿喝还是打包带走?塑料袋还是纸袋?现金、储蓄卡,还是信用卡?去咖啡馆这一简单的休闲行为却包含上述系列选择,选择就意味着了解、交流,意识到自己的喜好或态度,因此,选择能让人们表明个性、表达自我,最终成为控制自己命运的积极力量^[45]。

一个购买咖啡的简单行为把西方“自由选择”的独立型自我建构特征表达得淋漓尽致。与西方的独立型自我建构密切相关的是西方休闲理论的两个基础概念——内在动机和自由(个人选择)。Walker 等人认为,虽然古希腊人并没有提出任何休闲理论,但他们确实提出了与现代休闲理论密切相关的两个变量——内在动机和自由(个人选择)^[46]。例如,DeGrazia 认为,对亚里士多德来说,“休闲是一种状态,而且人们做这项休闲活动不带其他任何目的,只是为了休闲而休闲”^{[47]15}。Kelly 对上述观点表示赞同,不过在读了《尼可马各伦理学》之后,他补充道:“休闲不仅仅是内在愉悦,而且是利用合理的原则做出选择”^{[48]127}。最早包含这两个基础概念的当代休闲理论是 Neulinger 提出的休闲范式。Neulinger 认为:“休闲的主要定义标准是自由,或者更确切地说,是感知到的自由。在自由的状态下,人们感觉自己的所为是出于个人选择且享受这个过程。”^{[49]15}他的休闲范式的第二个维度是动机,他认为动机可根据满足感是来自于活动本身还是额外的回报分为三类,第一类称作内在动机,第二类称作外在动机,第三类是内外动机兼有。同样,Tinsley 也认为一个人的休闲活动必须是出于个人选择,并且参加活动所得的益处与活动本身有关,这时我们才能称之为休闲体验^{[50]15}。Iso-Ahola 则认为“自由感(自主性)是休闲最重要的特征”^{[51]36}。同时,他的部分观点与自我决定理论一致:“拥有选择自由是内在动机和由内在动机而激发的休闲活动的必要条件”^{[51]44}。因此,自由选择与自主性在西方休闲理论中被奉为圭臬,无论是对休闲概念的界定,还是对休闲活动的选择、休闲满意度的获得等等,都是以此为前提。

那么,这个情况是否适合互依型自我建构的中国人呢?虽然马惠娣从“休闲”的词源上提出了我国休闲的传统文化含义^{[36]导言.2},刘慧梅等人也从词源、儒家、道家三个层面阐述了中国视角下的休闲含义^[52],但仍有不少研究者把休闲的本质特征归纳为:“第一,休闲是一种自由活动,休闲不存在任何强制性,从而与生理必需和工作行为等截然不同;第二,休闲活动本身就是目的”^①。这正是西方休闲观所崇尚的两个重要特征,即自由选择和内在动机,但应用到中国文化背景中是否合适呢?

自由选择既是西方价值观的核心,也是独立型自我建构的核心,还是西方个体参与某项活动的重要内在动机。但是,近年来不少学者发现,自由选择更适合西方文化中独立型自我建构个体。例如,Iyengar 和 Lepper 在一项针对儿童的休闲游戏活动试验中,发现英美儿童在做拼图游戏的时候,如果是自己做出了选择,会获得很大的内在动机;而中国和日本的小朋友则在一个群体内部的成员(比如妈妈)告诉他们应该选择什么的时候,会获得很大的内在动机。基于以上发现,Iyengar 和 Lepper 认为:“个人选择的机会对拥有独立型自我的美国人更珍贵、更重要,因为这种机会不仅能够使他们表达或接受个人喜好,同时使他们形成独特的个人身份和自我认同;对具有互依型自我的亚裔美国人来说,由群体内成员帮助做出决定而非自己做出决定能够为他们带来更大的内在动机,因为这样就能够促进群体和谐,产生更大的归属感”^{[53]363}。

① 参见陈允文《上海市民休闲方式研究》,华东师范大学 2005 年硕士学位论文;徐秀玉《基于居民休闲需求的广州中心城区城市公园供给配置研究》,华南师范大学 2009 年硕士学位论文。

与强调自我表达和个人权利的欧裔北美美人相比,中国人更看重融入群体、找准自己的位置,比如尊卑有序及谦逊等品质。Walker 等人的休闲研究证明了上述观点。他们的研究发现,当欧裔北美美人在逛国家公园时,自主性(或独立性)对他们来说是很重要的动机;而中国人和亚裔加拿大人在逛同一个国家公园时,群体关系和谦虚谨慎对他们来说是更为重要的动机^[54]。

而且,互依型自我个体认为过多的选择让人感觉有压力,因此最好能避免选择。对互依型自我来说,不做出选择就会降低给别人带来麻烦的可能性。以中国文化为例,关切度和敏感性是“礼”的重要构成部分,而“礼”是孔子提出的重要社会规范。因此,“中国人希望人们都能够关注他人所需,主动了解他人所想;反之则会被指责为不懂礼节或性格不好”^{[55] 315}。所以,中国的传统文化倡导事先就观察和预测他人的需要,这才是“礼”。如果事先不做准备工作,不了解对方的喜好,是对他人不够重视和尊重的表现,是不符合孔子提倡的“礼”的。由此看来,在中国传统文化背景下给他人提供选择机会,让他人做自由选择,并非是人类最佳的人际交往方式。所以,中国人的休闲活动中也并非提供的选择多多益善。比如主人招待客人,客人总是期待主人了解自己喜欢吃什么,从而准备自己喜爱的食物。对此,Markus 和 Kitayama 提供了一个有趣的招待客人的场景来说明独立型和互依型自我建构的个体是如何沟通的。想象一下,一人请他朋友来家做客并为客人准备三明治,如果两人都是独立型自我的话,他们之间的对话应该会这样展开:“嗨,汤姆,你想要吃什么三明治?是火鸡?腊肠还是芝士?”汤姆会回答:“给我来个火鸡的吧。”我们应该注意到主人认为他的朋友有权做出选择来表达他内心的特质,如个人喜好和欲望;他的朋友也是这样认为的,所以很自然地做出了选择。如果是两个拥有互依型自我建构的人,他们的对话可能是这样的:“嗨,汤姆,我给你做了一个火鸡三明治,因为我记得上周你说喜欢火鸡,不喜欢牛肉。”汤姆会说:“是的,太谢谢你了,我确实很喜欢火鸡。”在这种情况下,主人应该主动了解客人的想法并且为他做好选择。对客人来说,他应该做的就是很愉快地接受帮他做出的选择并快速做出回应^{[4] 229}。

由此看来,当我们在介绍西方休闲概念和理论,如涉及自由选择、内在动机这样一些展示西方休闲观念的典型特征时,我们应该多一些思考,应该考察这些特征是否在中国休闲方式中也具有同等重要的地位。如果是,那么对我们的休闲实践是否带来影响?我们是否在一些休闲项目中,尽可能多地提供各种各样的选择?如果不是,那又将如何影响我们的休闲实践?同时,当我们宣传和推广一些休闲活动时,我们是宣传参与这些活动有助于“提升自我价值,彰显独立自我”呢,还是有助于“构建和谐的人际关系”?或者两者都介绍?对此,马惠娣强调过,“休闲学毕竟是刚刚引入中国,我们对她的认识还缺乏系统性,尤其是应用性和可操作性方面还缺乏切实可行的理论模式,因此,在未来的研究中,处理好理论借鉴与创新,东方文化传统与西方文化传统,理论研究与引用研究等关系十分重要”^{[36] 7}。所以,我们既要大量吸取西方学者在休闲研究领域已有的经验和贡献,也要时刻关注中国文化传统,尤其在关键概念和理论方面需要谨慎验证。日本学者对此提出告诫:研究者必须意识到语言本身是有文化特色的,当研究者把这一术语应用到研究对象时,对象对休闲的理解往往和研究者的理解不同,因此,休闲研究者应更多地关注世界不同地方和特定文化中的人的生活,用他们自己的语言来讲述故事,而不是不加质疑地使用西方的术语和假设^[56]。我们更应该加倍努力,因为“未来需要尽快确立自身的主体性、提升自身的话语权,探索诠释来自西方文化和西方语境的‘休闲’概念和休闲研究在当代中国的现实含义,从而为解释中国的休闲发展现实提供完善的理论支撑,也能对世界休闲研究理论和方法体系形成系统输出”^{[57] 7}。

总之,Markus 和 Kitayama 提出的自我建构概念为社会心理学家提供了一个较好的解释与预测行为(包括休闲行为)的工具,因为认知、情绪和动机三者无论是单独还是结合在一起,都能有效地解释和预测行为的发生。

西方文化与东方文化分别孕育了独立型自我建构与互依型自我建构。独立型自我建构个体崇尚独特性,强调自己与众不同,以此彰显自我价值;而互依型自我建构强调人与人之间的联系与和谐,愿意把自己作为群体的一部分,融入群体当中。自我建构的类型影响个体的认知、情绪与动机。互依型自我建构特征深深影响着中国民众的休闲认知、情绪和动机:中国人对休闲的认知主要是把休闲当作一种加强家人与朋友联系、增进感情和促进和谐的方式;中国人的休闲情绪主要倾向于温和情绪体验,而不是刺激的剧烈情绪体验;中国人的主要休闲动机不同于西方的自由选择,而是群体关系和人际和谐。

[参 考 文 献]

- [1] [加]埃德加·杰克逊编:《休闲的制约》,凌平、刘晓杰、刘慧梅译,杭州:浙江大学出版社,2009年。[E. Jackson(ed.), *Constraints to Leisure*, trans. by Ling Ping, Liu Xiaojie & Liu Huimei, Hangzhou: Zhejiang University Press, 2009.]
- [2] [美]盖瑞·奇克、董二为:《中国六城市休闲制约因素研究——以民族志学的方法》,《浙江大学学报(人文社会科学版)》2009年第1期,第31-42页。[G. Chick & Dong Erwei, "An Ethnographic Analysis of Leisure Constraints in Six Chinese Cities," *Journal of Zhejiang University (Humanities and Social Sciences)*, No. 1 (2009), pp. 31-42.]
- [3] 董二为、冯革群、叶丹:《城市休闲制约与健康研究——以韩国首尔为例》,《浙江大学学报(人文社会科学版)》2012年第1期,第44-67页。[Dong Erwei, Feng Gequn & Ye Dan, "Leisure Constraints and Health in Urban Korea: A Preliminary Study in Seoul," *Journal of Zhejiang University (Humanities and Social Sciences)*, No. 1(2012), pp. 44-67.]
- [4] H. Markus & S. Kitayama, "Culture and the Self: Implications for Cognition, Emotion, and Motivation," *Psychological Review*, Vol. 98, No. 2(1991), pp. 224-253.
- [5] C. Geertz, "On the Nature of Anthropological Understanding," *American Scientist*, Vol. 63, No. 1(1975), pp. 47-53.
- [6] C. A. Moore, "Introduction: The Humanistic Chinese Mind," in *The Chinese Mind: Essentials of Chinese Philosophy and Culture*, Honolulu: University of Hawaii Press, 1967, pp. 1-10.
- [7] F. S. C. Northrop, *The Meeting of East and West*, New York: Macmillan, 1946.
- [8] M. H. Bond, *The Psychology of the Chinese People*, Hong Kong: The Chinese University Press, 2009.
- [9] F. L. K. Hsu, *American and Chinese: Passage to Differences*, Honolulu: University of Hawaii Press, 1981.
- [10] H. Markus & S. Kitayama, "A Collective Fear of the Collective: Implications for Selves and Theories of Selves," *Personality and Social Psychology Bulletin*, Vol. 20, No. 5(1994), pp. 568-579.
- [11] A. Fiske, S. Kitayama & T. Nisbett, "The Cultural Matrix of Social Psychology," in D. Gilbert, S. Fiske & G. Lindzey (eds.), *The Handbook of Social Psychology: Vol. 2*, London: Oxford University Press, 1998, pp. 915-981.
- [12] U. Neisser, *Cognitive Psychology*, New York: Appleton-Century-Crofts, 1967.
- [13] M. J. Rosenberg & C. I. Hovland, "Cognitive, Affective, and Behavioral Components of Attitudes," in C. I. Hovland & M. J. Rosenberg (eds.), *Attitude Organization and Change: An Analysis of Consistency among Attitude Components*, New Haven: Yale University Press, 1960, pp. 1-14.
- [14] I. Ajzen, "From Intentions to Action: A Theory of Planned Behavior," in J. Kuhl & J. Beckman (eds.), *Action Control: From Cognitions to Behaviors*, New York: Springer, 1985, pp. 11-39.
- [15] I. Ajzen, "The Theory of Planned Behavior," *Organizational Behavior and Human Decision Processes*, Vol. 50, No. 2(1991), pp. 179-211.

- [16] M. Ragheb & J. Beard, "Measuring Leisure Attitude," *Journal of Leisure Research*, Vol. 14, No. 2(1982), pp. 155 - 167.
- [17] 陆晨:《广场健身舞在社区体育中开展现状的调查——以吉首市为例》,《湖北体育科技》2012年第4期,第378-380页。[Lu Chen, "Research on Line-dancing's Present Situation in Community Sports: Take Jishou City as an Example," *Hubei Sports Science*, No. 4(2012), pp. 378 - 380.]
- [18] 李少奇、邹子为、陈以璇:《广场健身舞在社区文化建设中的作用、问题及对策》,《科技信息》2009年第9期,第491页。[Li Shaoqi, Zou Ziwei & Chen Yixuan, "The Role, Problems and Strategies of Group Dance in Community Culture Construction," *Science & Technology Information*, No. 9(2009), p. 491.]
- [19] D. W. Crawford & G. C. Godbey, "Reconceptualizing Barriers to Family Leisure," *Leisure Sciences*, Vol. 9, No. 2(1987), pp. 119 - 127.
- [20] D. W. Crawford, E. L. Jackson & G. C. Godbey, "A Hierarchical Modal of Leisure Constraints," *Leisure Sciences*, Vol. 13, No. 4(1991), pp. 309 - 320.
- [21] E. L. Jackson, "Will Research on Leisure Constraints Still Be Relevant in the Twenty-first Century?" *Journal of Leisure Research*, Vol. 32, No. 1(2000), pp. 62 - 69.
- [22] G. J. Walker, E. L. Jackson & J. Deng, "The Role of Self-construal as an Intervening Variable between Culture and Leisure Constraints: A Comparison of Canadian and Mainland Chinese University Students," *Journal of Leisure Research*, Vol. 10, No. 1(2008), pp. 90 - 109.
- [23] G. Chick & E. W. Dong, "Culture Constraints on Leisure," in E. L. Jackson (ed.), *Constraints to Leisure*, State College: Venture Publishing, 2005, pp. 169 - 183.
- [24] 于可红、钱利安:《浙江省金融系统职工参与休闲体育的现状调查》,《浙江体育科学》2005年第3期,第19-25页。[Yu Kehong & Qian Li'an, "An Investigation on the Current Situation of the Employees' Leisure Sport Participation in Zhejiang Financial System," *Zhejiang Sport Science*, No. 3(2005), pp. 19 - 25.]
- [25] M. Z. Rosaldo, "Toward an Anthropology of Self and Feeling," in R. A. Shweder & R. A. LeVine (eds.), *Culture Theory: Essays on Mind, Self, and Emotion*, Cambridge: Cambridge University Press, 1984, pp. 137 - 157.
- [26] C. Lutz, *Unnatural Emotions: Everyday Sentiments on a Micronesian Atoll and Their Challenge to Western Theory*, Chicago: University of Chicago Press, 1988.
- [27] J. L. Tsai & R. W. Levenson, "Cultural Influences on Emotional Responding," *Journal of Cross-Cultural Psychology*, Vol. 28, No. 5(1997), pp. 600 - 626.
- [28] J. W. Pennebaker, *The Psychology of Physical Symptoms*, New York: Springer-Verlag, 1982.
- [29] G. Gao, "Self and Other: A Chinese Perspective on Interpersonal Relationships," in W. B. Gudykunst, S. Ting-Toomey & T. Nishida (eds.), *Communication in Personal Relationship across Cultures*, Thousand Oaks: Sage Publications, 1996, pp. 81 - 101.
- [30] G. Gao, S. Ting-Toomey & W. B. Gudykunst, "Chinese Communication Process," in M. H. Bond (ed.), *The Handbook of Chinese Psychology*, Hong Kong: Oxford University Press, 1996, pp. 280 - 293.
- [31] M. H. Bond & K. K. Hwang, "The Social Psychology of Chinese People," in M. H. Bond (ed.), *The Psychology of the Chinese People*, Hong Kong: Oxford University Press, 1996, pp. 213 - 266.
- [32] A. Spiers & G. J. Walker, "The Effects of Ethnicity and Leisure Satisfaction on Happiness, Peacefulness, and Quality of Life," *Leisure Sciences*, Vol. 31, No. 1(2009), pp. 84 - 99.
- [33] O. Mitas, C. Yarnal & R. Adams et al., "Taking a 'Peak' at Leisure Travelers' Positive Emotion," *Leisure Sciences*, Vol. 34, No. 2(2012), pp. 115 - 135.
- [34] B. Mannell, G. J. Walker & E. Ito, "Ideal Affect, Actual Affect, and Affect Deficiency during Leisure and Paid Work," *Journal of Leisure Research*, Vol. 46, No. 1(2014), pp. 13 - 37.
- [35] 马惠娣:《和谐社会和“礼制”——从休闲视阈看“礼与休闲”的关系》,《清华大学学报(哲学社会科学版)》2005年第3期,第106-111页。[Ma Huidi, "Harmonious Societies and Rite: An Analysis on the Relationship between Rite and Leisure from the Leisure Perspective," *Journal of Tsinghua University (Philosophy and Social Science)*, No. 3(2005), pp. 106 - 111.]

- [36] 马惠娣:《中国公众休闲状况调查》,北京:中国经济出版社,2004年。[Ma Huidi, *A Survey on Chinese People's Leisure*, Beijing: Chinese Economic Press, 2004.]
- [37] 王琪延、雷韬、石磊:《看电视——京城居民最主要的休闲活动》,《北京统计》2002年第151期,第19-20页。[Wang Qiyang, Lei Tao & Shi Lei, "Watching TV: The Most Frequent Leisure Activity of Beijing Residents," *Beijing Statistics*, No. 151(2002), pp. 19 - 20.]
- [38] 鄂璠:《国人休闲时间连续3年下滑 7成受访者超时工作》,2012年10月15日, [http://politics. people. com. cn/n1015/c1001-19261665. html](http://politics.people.com.cn/n1015/c1001-19261665.html), 2014年2月24日。[E Pan, "Chinese's Leisure Time Decreased in a Row for the Past Three Years and Over Seventy Percent Respondents Worked Overtime," 2012 - 10 - 15, [http://politics. people. com. cn/n1015/c1001-19261665. html](http://politics. people. com. cn/n1015/c1001-19261665.html), 2014 - 02 - 24.]
- [39] Y. S. Chang & J. A. Card, "The Impact of Ancient Chinese Philosophy on Contemporary Leisure in China," [http://files.eric. ed. gov/fulltext/ED350295. pdf](http://files.eric.ed.gov/fulltext/ED350295.pdf), 2014 - 04 - 18.
- [40] E. L. Jackson, G. J. Walker & J. Y. Deng, "Culture and Leisure Constraints: A Comparison of Canadian and Mainland Chinese University Students," *Journal of Leisure Research*, Vol. 39, No. 4(2007), pp. 567 - 590.
- [41] J. L. Tsai, B. Knutson & H. H. Fung, "Cultural Variation in Affect Valuation," *Journal of Personality and Social Psychology*, Vol. 90, No. 2(2006), pp. 288 - 307.
- [42] H. L. Petri, *Motivation: Theory and Research*, Belmont: Wadsworth, 1981.
- [43] R. M. Ryan & E. L. Deci, "Self-determination Theory and the Facilitation of Intrinsic Motivation, Social Development, and Well-being," *American Psychologist*, Vol. 55, No. 1(2000), pp. 68 - 78.
- [44] E. L. Deci & R. M. Ryan, "The 'What' and 'Why' of Goal Pursuits: Human Needs and the Self-determination of Behavior," *Psychological Inquiry*, Vol. 11, No. 4(2000), pp. 227 - 268.
- [45] A. Fiske, S. Kitayama & H. Markus et al., "The Cultural Matrix of Social Psychology," in D. Gilbert, S. Fiske & G. Lindzey (eds.), *The Handbook of Social Psychology: Vol. 2*, London: Oxford University Press, 1998, pp. 915 - 981.
- [46] G. J. Walker, J. Y. Deng & R. Dieser, "Culture, Self-construal, and Leisure Theory and Practice," *Journal of Leisure Research*, Vol. 37, No. 1(2005), pp. 77 - 99.
- [47] S. DeGrazia, *Of Time, Work and Leisure*, New York: Vintage Books, 1994.
- [48] J. Kelly, *Leisure*, Boston: Allyn and Bacon, 1996.
- [49] J. Neulinger, *The Psychology of Leisure*, Springfield: Charles C. Thomas, 1981.
- [50] H. E. A. Tinsley & D. J. Tinsley, "A Theory of the Attributes, Benefits, and Causes of Leisure Experience," *Leisure Sciences*, Vol. 8, No. 1(1986), pp. 1 - 45.
- [51] S. E. Iso-Ahola, "Motivational Foundations of Leisure," in E. Jackson & T. Burton (eds.), *Leisure Studies: Prospects for the Twenty-first Century*, State College: Venture Publishing, 1999, pp. 35 - 51.
- [52] H. M. Liu, C. K. Yeh & G. E. Chick et al., "An Exploration of Meanings of Leisure: A Chinese Perspective," *Leisure Sciences*, Vol. 30, No. 5(2008), pp. 482 - 488.
- [53] S. S. Iyengar & M. R. Lepper, "Rethinking the Value of Choice: A Cultural Perspective on Intrinsic Motivation," *Journal of Personality and Social Psychology*, Vol. 76, No. 3(1999), pp. 349 - 366.
- [54] G. Walker, J. Deng & R. Dieser, "Ethnicity, Acculturation, Self-construal, and Motivations for Outdoor Recreation," *Leisure Sciences*, Vol. 23, No. 4(2001), pp. 263 - 283.
- [55] W. K. Gabrenya & K. Hwang, "Chinese Social Interaction: Harmony and Hierarchy on the Good Earth," in M. H. Bond (ed.), *The Handbook of Chinese Psychology*, Hong Kong: Oxford University Press, 1996, pp. 309 - 322.
- [56] Y. Iwasaki, H. Nishino & T. Onda et al., "Research Reflections Leisure Research in a Global World: Time to Reverse the Western Domination in Leisure Research?" *Leisure Sciences*, Vol. 29, No. 1(2007), pp. 113 - 117.
- [57] 宋瑞:《休闲研究中的西方主导与欧美差异》,《北京第二外国语学院学报》2013年第5期,第1-7页。[Song Rui, "Leisure Research: Western-dominated and Differences between Europe and America," *Journal of Beijing International Studies University*, No. 5(2013), pp. 1 - 7.]