

评价体育道德的标准之研究

祝大鹏¹, 周 雯²

(1. 武汉体育学院健康科学学院, 湖北 武汉 430079; 2. 武汉学院体育部, 湖北 武汉 430072)

摘 要:评价体育道德的标准是当前体育道德研究领域需要解决的重要问题,也是制定体育道德评价标准的重要依据。研究从道德的本质与功能、道德与社会的关系等角度对评价体育道德的标准进行深入分析。研究指出,科学准确的评价体育道德的标准必须与先进生产力发展方向相一致,应符合运动项目产生的文化背景和特定运动环境,能够促进体育运动参与者的身心健康全面发展。在制定评价体育道德的标准时,既要保持文化自信,又要借鉴其他体育文化的精华。

关键词:体育道德;评价体育道德的标准;生产力;历史文化;人的发展

中图分类号:G80-05

文献标识码:A

文章编号:1007-7413(2019)05-0013-06

A Study on the Evaluation Criteria of Sports Morality

ZHU Da-peng¹, ZHOU Wen²

(1. College of Health Science, Wuhan Sports University, Wuhan 430079, China;

2. College of Physical Education, Institute of Wuhan, Wuhan 430072, China)

Abstract: Evaluation criteria of sports morality is one of the important topics in sports morality research areas and also the important basis of moral evaluation standard in sport. This study analyzed the evaluation criteria of sports morality based on the essence and function of morality, the relationship between morality and sociality. The results showed that the scientific and accurate evaluation criteria of sports morality must follow the principles; be consistent with the direction of advanced productivity development; conform to the sports culture background and specific sport situation; promote participants' full development of physical and mental health. In formulating evaluation criteria of sports morality, we should not only keep cultural self-confidence, but also draw lessons from other sports culture essence.

Key words: sport morality; evaluation criteria of sport morality; productivity; history and culture; human development

道德评价是指生活于现实社会关系中的人们直接依据一定社会或阶级的道德准则,通过社会舆论或个人心理活动等形式,对他人或自己的行为进行善恶判断^[1]。评价道德的标准是决定道德评价结果的重要因素。

体育作为社会文化的重要组成部分,对个体道德的培养和发展具有重要意义。国内外研究者对体育运动的德育功能进行了大量研究,取得了丰富研究成果,为体育运动的道德教育实践提供了强有力的证据。

在当代中国,随着体育领域改革的不断深化和社会的快速发展,体育领域道德问题的内涵与外延均发

生了明显的变化,典型体育道德事件的发生也引起了广泛的社会关注。由于相关法律法规尚不完善,评价体育道德的标准也基本处于空白状态,这就造成了人们对体育道德事件评价标准的不确定性、评价过程的随意性和评价结果的主观性。本文收集分析国内外体育道德研究文献和道德评价标准研究成果,以期望从整体上对评价体育道德的标准进行全面分析,为今后相关研究提供科学参考。

1 评价体育道德的标准的复杂性

评价道德标准是从哲学和历史文化的角度评判

收稿日期:2018-12-25

基金项目:2019年教育部人文社会科学研究项目(19YJA890044);2016年度武汉体育学院青年教师科研基金项目(2016QZ06)

第一作者简介:祝大鹏(1976—),男,河南信阳人,教授。研究方向:运动心理学。

道德标准的合理性和进步性的问题,是道德评价标准的尺度^[2]。

与道德评价标准不同的是,评价道德标准并不能够直接作为评价人们道德行为的尺度,它并不直接针对人们具体行为的善恶判断。评价道德标准与个人具体行为之间是一种间接的关系,只有通过道德评价标准这一中介变量才与具体道德行为发生关系。评价道德标准对于人的具体道德行为仅具有形而上的意义,如果用它来直接评价人们行为的善恶,则可能会陷入善恶不分的混乱局面。比如,教练员在比赛中为了个人或小团体利益,要求运动员在比赛中故意让球(输球),最终取得好的名次。从结果上来看,人们可能会认为这种行为是为了集体利益或国家的荣誉,是道德的行为。但从运动员的个人成长以及运动项目的长远发展来看,这明显是违背体育道德的行为。所以,用评价道德标准来评价人们的具体道德行为实质上意味着脱离了对具体道德行为的有效评价。

2 评价体育道德的生产力标准

2.1 生产力标准是评价体育道德的根本标准

首先,生产力标准是衡量社会进步的的决定性标准。由于社会结构的多元化特征,既要认识到生产力标准的决定性意义,同时也要兼顾社会道德、政治制度、法律和教育等的发展水平和完善程度的重要性^[3]。我们在评价一些外来运动项目中的规则和行为时,就要兼顾中国传统道德文化与外来道德文化的差异,并尊重这些差异,避免武断做出非此即彼的两极判断。

其次,生产力标准也是评价道德进步性的根本标准。根据历史唯物主义的观点,生产关系决定了社会上层建筑和意识形态,而生产关系又取决于生产力。因此,生产力的发展是道德形成和发展的基础。生产力的发展为道德进步提供动力,同时对人们道德品质的形成产生重要影响。

2.2 生产力标准作为评价体育道德的标准的意义

2.2.1 充分发挥体育道德对于社会发展的促进效应

体育运动要健康发展,既需要与社会生产力发展相适应,又需要依靠体育道德来维系与巩固。科学、严谨的体育伦理道德体系,对于社会发展的作用,不但包括适应与服从,而且还积极地以善恶为标准论证其公正与合理性。

当前在我们追求体育成绩的过程中,既要避免

“道德至上”的偏差,又要防止忽视体育道德对社会发展的积极作用。应准确把握包括竞技体育、学校体育和全民健身在内的体育运动中良好道德规范对社会生产力发展的促进作用,充分发挥体育道德对社会发展的积极效应。

2.2.2 有助于从根本上确定体育运动中行为的善恶

道德评价不是抽象的议论,而是要对行为的实际社会效应做出价值判断。对于一名运动员或教练员来说,对其道德品质的评判不仅要听其言,更要观其行;不仅要看其行为动机,更要看其行为对个体、他人和社会带来的影响效应。如果其行为对体育运动的健康发展起到了促进作用,为社会发展树立了良好榜样,那么这种行为在道德上就应该受到褒奖。反之,则不仅要受到竞赛规则的处罚,在道德上也要受到谴责。

例如,中国运动员在 2012 年伦敦奥运会羽毛球比赛中消极比赛故意输球的行为从表面上来看,对于本国球队取得好成绩是有积极作用的,但这种行为违背了奥林匹克精神,对于奥运会的形象、运动项目的健康发展都产生了极大消极影响,并且树立了负面榜样,造成不良社会效应。对此消极比赛事件,赛后教练、球迷和媒体都出现了两种截然不同的观点,但只要坚持以生产力标准作为评价体育道德的根本标准,这类问题就会迎刃而解。

2.2.3 利于实现体育道德评价的可操作性目标

道德评价是一种价值评判过程,具有较强的主观性。由于生产力标准具有宏观的可衡量性,因此将其作为体育道德评价的根本标准,更容易实现体育道德评价的可操作性目标。个体的体育行为是否符合体育道德规范,不能仅依靠舆论、习俗或公众的观点为标准,而是要以事实判断为依据。生产力标准不以人的个人意志为转移,可以从物质层面更客观、准确地衡量一种体育行为对社会发展的利弊。

2.3 生产力标准与评价体育道德标准的统一性

2.3.1 生产力的发展和体育道德的进步是相互促进的关系

体育道德对社会生产力发展的积极影响主要体现在:(1)体育道德通过自身的社会调节功能,使运动员、教练员、管理人员之间的社会经济关系得到协调解决,为体育参与者之间营造了良好人际关系,为体育事业的发展创造了稳定的社会环境。(2)体育道德通过自身的激励机制,激发了体育参与者的劳动积极性和创造性,促进了体育事业的健康可持续发展。

展。(3)通过体育道德评价,有效地抑制了不良体育道德行为的发生,为树立体育职业形象、净化社会风气树立了积极榜样,促进了社会精神文明建设。(4)评价体育道德的标准对体育比赛的规则、赛制具有一定约束作用,避免一些运动项目在发展过程中过于追求经济利益而忽略了运动员的身心健康等合理权益。

2.3.2 评价体育道德必须服从生产力发展

道德往往具有理想性。人们倾向于用理想的体育道德标准来评判个体的体育行为。由于受到体育参与者个体和环境等多种因素的影响与制约,理想的体育道德标准在实际应用中会受到各种限制,甚至会出现体育道德标准与社会规范的冲突。有些问题如果用理想化的体育道德标准来评判,就难以得出正确的结论。

随着社会生产力水平的提高,物质文明和精神文明建设取得了显著成效,人们对体育的关注度和参与度也达到了空前水平。这对评价体育道德的标准也提出了更高要求,在适应生产力发展这一决定性基础之上,要兼顾到体育参与者的个人物质需要和精神需要。通过体育运动促进个体身心发展,提高个人综合素质。

由于生产力对道德的作用是通过生产关系间接产生的,那么就可能存在道德进步与生产力发展脱节的情况^[1]。如果把生产力标准直接作为体育道德评价标准就会产生不一致的甚至相互矛盾的评价结论,理论上难以理顺生产力标准和现有体育道德原则和规范的关系,实践上也不利于形成统一的社会舆论,降低体育道德评价的功能,弱化体育道德控制机制,不利于体育道德建设。

因此,评价体育道德的标准必须超越具体、孤立的运动主体,超越单一的运动情境,立足于整个人类和谐的根基之上,并以人类生存与发展的需要为坐标,才能对各种实存体育道德做出客观公正的评价。

3 评价体育道德的历史文化标准

西方文化强调以个人为社会本位,以自我为中心,强调以理性和科学为核心,注重人格的尊严,而强调人格完善和道德养成是中国传统历史文化的重要内涵。中西文化差异也体现在体育运动领域^[4]。西方体育文化表现出强调竞争、冒险、创新和个人主义的特点,而中国体育文化则强调养生、和谐、传统与集体主义。

道德是社会现象在个体身上的反映,其发生、发展的规律和特点与相应的社会发展阶段密切相关。评价道德的标准一方面受到不同社会历史发展阶段的影响,另一方面也与不同的社会文化息息相关。

随着经济、社会全球化的快速发展,以竞技体育为首的体育领域也以前所未有的速度在相互交流与融合。体育运动的全球化必然伴随着体育文化的大融合。我们必须清醒地认识到,由于中西方体育文化的差异,人们对体育项目的文化内涵、规则和技术等方面的理解仍然存在差异,在评价体育道德的标准上也必然会产生冲突。必须承认现代竞技体育是当代世界主体体育文化。其他亚文化、准文化都必须服从于竞技体育作为文化的一部分,是全人类共享的。勇敢的承认、接受这个国际共认的参照体系,加入其间,展示才能,才是我们的正确态度(卢元镇,2017,个人交流)。

求真、求善、求美是中国传统文化的精髓^[5]。坚持以传统文化的精髓滋养体育道德成长,是确保体育事业健康持久发展的有效路径。

3.1 求真

弘扬传统文化实事求是的体育精神,坚持“更高、更快、更强”的奥林匹克精神,杜绝各类弄虚作假行为,倡行公平竞争。长期以来,在我国体育领域内违背实事求是的现象屡见不鲜;运动员赌球、年龄造假、以大打小;教练员唆使、胁迫运动员服用兴奋剂;裁判员在比赛中操纵比赛、吹黑哨;体育行政管理人员行贿受贿;等。

一方面,这些行为严重违背了体育精神和体育道德,与中国传统文化中的实事求是精神也是背道而驰的。另一方面,这种不道德的行为也严重损害了中华民族传统文化的国际传播。尤其是如果在国际比赛中发生这些事件,经过国外媒体的渲染报道,对中国的国际形象会产生负面影响。

评价体育道德的求真主要体现在运动员要树立正确的价值观、道德观,确立合理的体育运动动机和目标。教练员、体育管理人员要树立正确的政绩观和科学发展观,重视运动员的可持续性发展。

3.2 求善

弘扬传统文化从善如流的人格精神,秉持“友谊第一,比赛第二”的体育精神,杜绝有损体育事业发展的现象,践行体育运动利国利民。大量的研究结果表明,参与体育运动对于个体人格健全发展^[6-7]、社会适应协调^[8]和心理健康提升^[9]具有重要积极作用。

体育运动中的“公平竞争”和中国传统文化中的“人际和谐、平等互助”的特质协调统一。体育比赛的结果固然重要,但通过比赛传递不同的文化价值和体育精神亦是体育的重要功能。如果运动员为了获得预期的比赛结果而违背体育道德,这种行为则是将过程与结果本末倒置。首先,运动员作为公众人物,在赛场内外的各种行为具有高度的社会示范效应。运动员有责任和义务为社会树立良好榜样,表现出积极向上的精神风貌和正能量的价值观、道德观。其次,运动员在赛场内外还要坚决抵制各种不良行为,宣传各种违背体育道德行为的危害。第三,运动员的求善还表现在为推动体育事业的健康发展而贡献力量。运动员通过个人的影响力和资源积极推广项目发展,引导更多的人参与体育运动,促进全民健身运动发展,提升国民身心健康水平。

另外,有研究者^[10]指出,当前在体育领域中种族歧视现象时有发生,损害了体育运动的良好形象。因此,运动员要身体力行,尊重所有的体育参与者,明确反对各种形式的歧视行为,展示体育运动的魅力。

3.3 求美

弘扬传统文化天人合一的和谐伦理精神,反对锦标主义思想,遵循人的生长发育规律,倡导运动中身心和谐统一的道德意识。每个运动项目都有其科学训练的规律,而个体由于遗传和后天生长的环境不同,在身心机能的发展速度和水平上也存在差异。因此,科学的运动训练必须尊重个体生长发育的个性与共性,因材施教,才能最大限度地挖掘其运动潜能,展现运动之美。

在我国体育领域长期存在过于追求训练时间而忽视训练质量的现象。运动训练和比赛占据了运动员大量的时间,忽略了运动员的文化学习与社会适应需要,使运动员的合理需要难以得到满足,损害了运动员的心理健康发展。其次,有些运动训练(尤其是青少年运动训练)没有考虑到训练对象的身心发展特点,盲目追求动作难度和运动强度,增加了运动员受伤的几率,损害了运动员参与运动的积极性和热情。

因此,体育参与者要践行人与社会和谐的伦理观念,把人类的道德责任范围由个体扩大到社会,将人类的道德关怀拓展到所有人。在促进人与社会和谐的同时,促进人类道德精神成长^[11]。

4 评价体育道德的以人为本标准

根据马斯洛的需要层次理论,需要的满足是人学

习和发展的重要动力来源。是否满足了运动参与者的合理需要、是否有利于运动参与者身心潜能的挖掘,是评价体育道德标准正确与否的重要依据。以人为本,强调人的主体性、目的性和人民利益至上,以人存在的完善性与整体性为目标^[12]。

坚持以人为本来评价体育道德的同时又要清晰地认识到以人为本的边界,既不能用以人为本取代具体的法律和规则,以情感取代理性,又要避免感性化或理性计算的极端。

不管是专业运动训练,还是学校体育,或者大众体育锻炼,归根结底都属于系统的教育过程。教育的目标就包括以受教育者为中心,通过教育活动促进受教育者德、智、体、美的全面发展。因此,在坚持以人为本为标准来评价体育道德时,必须围绕这一教育目标为评价中心。

4.1 增强人的身体健康

陈淑奇(2011)^[13]认为体育运动实践是人们提高身体素质,增进身体健康的重要手段,也是展示人的生命质量的独特方式。因此,任何误导、强迫人们参与有损于身体健康的体育运动实践都是不科学的和不道德的。

运动员的专项训练必须遵循各运动项目的训练规律并与运动员的身体特征密切结合,制订个性化的科学训练方案,在确保运动员身体健康的前提下提高其专项竞技能力。对于违背运动员生长发育规律,盲目增加运动强度和运动量的短视行为必须坚决抵制;对于默许、引导甚至胁迫运动员服用禁药,以健康为代价获取成绩的行为必须坚决反对,严肃处理。

4.2 促进人的心理健康水平

心理健康是个体全面发展的重要组成部分,也是体育运动的重要功能之一。研究表明,体育运动对个体的认知^[14-16]、情感^[17-19]和健康行为^[20-21]等发展具有重要促进作用。

在体育运动中教练员、体育教师要将心理健康教育融入日常训练和教学过程中,充分考虑训练(教学)对象的身心发展特点,做到因材施教训(教),营造良好训练(教学)氛围,尊重并满足训练(教学)对象的合理需要,在提高训练(教学)对象运动能力的同时促进其心理健康发展。

4.3 培养人的社会适应能力

作为一个社会性的高级动物,人的社会化过程也就是从一个生物人成长为社会人的过程。社会适应能力的培养和发展是个体社会化的重要体现,也是完

善人格的重要构成要素。体育运动自身的社会性、公开性和人际交互性,使其对个体的社会适应能力具有重要积极意义。

4.3.1 尊重规则与运动参与者

俗话说“没有规矩,不成方圆”。每一个运动项目都有其相应的比赛规则,一方面,规则可以保护每一个运动参与者,并确保比赛双方能够在公平的条件下进行竞争。另一方面,规则也体现了运动项目所反映出来的体育文化和精神,为文化传承提供有效载体。

因此,对于每一个体育运动参与者来说,都要严格遵守比赛规则,尊重对手、裁判、观众等所有体育参与者,在训练和比赛中做到全力以赴,努力提高和展示自己的运动潜能。

4.3.2 合作沟通能力

但在运动训练和体育教学实践中,常常会出现由于教练员(体育教师)的管理方式、执教风格、运动目标等问题而造成集体内沟通渠道不畅或沟通有名无实现象。这种沟通问题一方面会影响训练(教学)质量,另一方面还会造成教练员(教师)和运动员(学生)的关系紧张,不利于运动员(学生)合作与沟通能力的培养与发展。

随着体育运动专项化和科学化水平的提高,运动训练体系中的分工也越来越细。这就要求在训练和比赛过程中,体能、技术、战术、心理和管理、后勤保障等多种要素协调配合,相互沟通,及时解决各类问题,确保训练系统和竞赛系统顺利运行。因此,运动员优异成绩的背后必然离不开团队合作和顺畅沟通的保障。

4.4 提升人的道德发展水平

4.4.1 道德认知发展

道德认知是对于行动准则的善恶及其意义的认识。既包含着对一定的道德知识的领会,也包括以这些知识作为自己的行动指南,将其变为信念并且以此来评价自己和别人的道德行为。体育参与者为了持续参与体育运动,体现自身价值,获得组织认同感和归属感,也会积极认识学习并接受体育道德观念,或修正自己原有的不合理道德观念。

通过体育运动参与,个体的道德认知表现出从他律到自律、从对行为效果的评价到对行为动机的评价、从对别人的评价到对自己的评价、从片面到全面、从依据道德情境进行评价到依据道德原则来进行评价等多方面、多层次的提升。

4.4.2 道德情感发展

道德情感是道德认识的激发力量和驱动力量,对

道德行为的调控作用。体育运动中对道德情感的培养主要包括移情能力的培养和羞愧感的培养。移情是自我与道德行为间重要的中介变量。具备移情能力的人能够深刻理解运动中他人(对手、裁判、教练、观众等)的情感体验,进而去反思自己的行为,并做出积极调整。

积极的道德情感体验会强化、激励运动参与者表现出更多的体育道德行为,而消极的道德情感体验则对运动参与者的不良体育道德行为产生约束作用。王晓广(2015)^[22]认为耻感文化具有极为重要的道德化育功能,是中国传统文化的重要组成部分。在体育运动中当个体做出违反体育道德的行为时,便会体验到羞愧、内疚、负罪等消极情感。这些消极情感则具有约束人们不良行为的作用,同时促进个体不合理道德认知的修正,改正其后的道德行为选择。

4.4.3 道德意志的发展

道德意志是指一个人自觉地战胜利己的道德动机、坚持排除内外障碍去完成预定的道德目的、任务,实现一定道德动机的活动。道德意志发展的重要标志就是道德品质和言行一致。

运动员在比赛中面对个人利益与公平竞争体育精神之间的矛盾时,裁判员在面对金钱诱惑和公正执法之间的冲突时,教练员在面对运动员的身心健康和运动成绩之间发生冲突时,都需要当事人发挥道德意志的动力作用,解决道德冲突,做出正确的道德选择。此外,解决当前普遍存在的道德认知与道德行为脱节、知先行后的问题也需要借助于道德意志的力量。

4.4.4 道德行为的发展

体育运动中的道德行为是体育参与者在道德认知、道德情感和道德意志三者共同作用下的行为选择结果。因此,在对个体的体育道德品质进行评价时,必须兼顾道德认知、情感、意志和行为因素。比如运动员在教练员的威胁下服用违禁药品或者故意输球的行为,虽然违反了体育道德,但由于这种不当行为违背了运动员的主观意愿,因此不能武断地做出运动员道德品质好坏的论断。

在运动训练(教学)过程中,首先要帮助体育参与者建立正确的道德认知,明辨是非、善恶;其次,通过案例分析和强化手段培养体育参与者的积极道德情感;第三,增强体育参与者抵制诱惑、杜绝不良行为的能力,提高道德意志;最后,树立正面典型,给予榜样,培养体育参与者良好体育道德行为习惯。

5 小结

评价体育道德的标准是站在社会历史和生产力发展的高度评价某种体育道德原则、规范的根据,也是衡量善恶标准的客观尺度。

体育道德既包括社会公德,也包括职业道德。因此,评价体育道德,总是要与相应的评价体育道德的标准联系起来作为参照系。评价体育道德的标准和体育道德评价标准属于两种不同层次的道德理论问题。两者之间具有密切联系,但又各有侧重。从本质上来说,评价体育道德的标准和体育道德评价标准是一致的。需要明确的是,评价体育道德的标准不仅仅是评价运动中个体的行为或评价体育道德的评价标准,而且是评价特定社会意识形态的道德先进与否的标准。

由于道德本身具有历史性和社会性,加上体育运动的国际性、跨文化性,这就决定了评价体育道德的标准不是也不应该是简单的。我们必须将运动中的特定行为与其起源、历史和文化综合考量,同时参照中国历史文化背景下的评价道德标准,对其行为性质进行道德判断。

在制定评价体育道德的标准中,要坚持以生产力标准、历史文化标准和以人为本的标准为依据。评价标准要代表先进生产力发展方向,符合特定历史文化背景,能够促进人的全面发展。只有确立了科学、正确的评价体育道德标准,才能保证我国体育道德建设的正确方向,促进体育事业健康、协调、可持续发展。

参考文献

- [1] 刘合行. 道德评价标准与评价道德的标准[J]. 河南师范大学学报(哲学社会科学版), 2001, 28(1): 27-30.
- [2] 周宏. 道德标准与标准之标准[J]. 道德与文明, 1999(1): 9-10.
- [3] 刘合行. 生产力标准能够直接作为道德评价标准吗[J]. 江苏大学学报(社会科学版), 2003, 5(3): 30-33.
- [4] 姜钊. 中国体育文化与西方体育文化的比较[J]. 广西民族学院学报(自然科学版), 2002, 8(2): 136-138.
- [5] 谢奇. 论竞技体育领域的种族歧视异化[J]. 唐山师范学院学报, 2010, 32(5): 110-112.
- [6] 李琳, 李鑫, 陈薇. 不同运动项目对中学生人格和自我意识

- 的干预研究[J]. 成都体育学院学报, 2010, 36(8): 68-72.
- [7] 李琳, 季浏. 健美操运动对中小學生人格发展的影响[J]. 中国体育科技, 2009, 45(5): 116-121.
- [8] 冷瑞光. 充分发挥传统道德在国家文化软实力建设中的作用[J]. 学习论坛, 2013, 29(9): 66-68.
- [9] 鞠明海. 体育锻炼对大学生社会适应能力的影响及对策研究[J]. 黑龙江教育, 2014(2): 71-72.
- [10] 刘洋, 漆昌柱. 基于积极心理学视域下的锻炼心理学研究进展[J]. 北京体育大学学报, 2016, 39(9): 70-76.
- [11] 王云彪. 用传统文化精髓滋养科技道德成长[J]. 中国高校科技, 2014(4): 53-55.
- [12] 王集权, 黄明理. 论以人为本的语境和功能边界[J]. 道德与文明, 2009(6): 24-27.
- [13] 陈淑奇. 论中国传统体育文化的生命道德本性[J]. 山西师大体育学院学报, 2011, 26(1): 1-4.
- [14] 张育恺, 周成林, 陈爱国. 慢性锻炼与认知功能关系的回顾与展望[J]. 体育科学, 2017, 37(5): 68-79.
- [15] 温煦. 体育锻炼对青少年认知能力和学业表现的影响: 研究的历史、现状与未来[J]. 体育科学, 2015, 35(3): 73-82.
- [16] CHANG Y K, HUANG C J, CHEN K F, et al. Effect of physical activity on working memory among older adults: An ERP study[A]. ISSP Abstracts of the ISSP 13th World Congress of Sport Psychology[C]. Beijing: Beijing Sport University, 2013: 95.
- [17] REED J, BUCK S. The effect of regular aerobic exercise on positive-activated affect: a meta-analysis[J]. Psychology of Sport and Exercise, 2009, 10(6): 581-594.
- [18] HUANG H F, HUMPHREYS B R. Sports participation and happiness: evidence from US microdata[J]. Journal of Economic Psychology, 2012, 33(4): 776-793.
- [19] RATHORE NS, CHOUDHARY MK. Impact of yoga on subjective well being and stress: a pre and post analysis[J]. Indian Journal of Positive Psychology, 2013, 3(7): 82-86.
- [20] 常振亚. 健康行为过程理论阶段非连续性在大学生体育锻炼行为中的检验[J]. 体育科学, 2013, 33(8): 29-36.
- [21] 曹佃省, 谢光荣. 健康行为程式模型阶段非连续性在青少年锻炼行为中的检验[J]. 武汉体育学院学报, 2011, 45(2): 38-42.
- [22] 王晓广. 论耻感文化的道德功能[J]. 学术交流, 2015, 261(12): 158-162.

[责任编辑 魏 宁]