

■ 学前教育理论

社区主干家庭老“妇”幼身体素养培育困境初探

曹保彦

(巢湖学院体育学院, 安徽合肥 238024)

摘要:采用文献资料法、逻辑分析法、实地观察法和访谈法对老“妇”幼身体素养的培育困境进行研究。研究发现:老“妇”幼体育健康素养培育存在时间、活动和精神状态困境,其时间困境表现为:“祖辈或母亲角色”的身体素养培育时间不足;老“妇”幼身体素养培育时间复用和管理质量较低;其活动困境表现为:婴幼儿身体素养培育活动结构不合理,照料者活动层级较低,被边缘化;婴幼儿身体素养培育的科学性和盲目性并存;其精神状态困境表现为:祖辈照料者的精神状态受代际道德伦理责任束缚较强;母亲被赋予过高的育儿职责和标准;婴幼儿感官性体验被符号化,心理性体验超负荷。

关键词:主干家庭;0-3 岁婴幼儿;身体素养;困境

中图分类号: G610

文献标识码: A

文章编号: 2095-770X(2022)12-0027-09

PDF 获取: <http://sxxqsfxy.ijournal.cn/ch/index.aspx>

doi: 10.11995/j.issn.2095-770X.2022.12.004

A Preliminary Study on the Difficulties in Cultivating the Physical Literacy of the Elderly, Women and Infant in the Stem Family of the Community

CAO Bao-yan

(School of Sports Institute, Chaohu University, Hefei 238024, China)

Abstract: This study uses the method of literature, logical analysis, field observation and interview to study the difficulties in the cultivation of physical literacy of the elderly, women and infant. The study points out that there are dilemmas of time, activity and mental state in the cultivation of physical literacy of the elderly, women and infant. The dilemmas of time are as follows: the lack of time for the cultivation of physical literacy of "grandparents or mothers"; the time reuse and management quality of physical literacy cultivation in the old, women and infant are low. Activity dilemmas are as follows: The structure of physical literacy training activities for infants is unreasonable, and the level of activities of caregivers is low and marginalized; The scientific nature and blindness coexist in the cultivation of infant physical literacy. The mental state dilemma is shown as follows: The mental state of grandparent-caregivers is strongly bound by inter-generational moral and ethical responsibility; Mothers are given excessively high child-rearing responsibilities and standards; The sensory experience of infants is symbolized, and the psychological experience is overloaded.

Key words: stem family; 0-3 years old infants; physical literacy; difficulty

随着人口老龄化的社会境遇,鼓励三孩的生育政策落实,城乡社区老“妇”幼健康问题成为健康发展的重要议题。婴幼儿及其老年人照料者、产后妇女照料者围绕“健康”存在诸多矛盾,祖代、父母代和子代的体育健康问题未能有机协

调,老“妇”幼一体化发展的体育健康体系建设亟待解决。体育健康与身体素养密切相关,体育学界以身心一元的具身认知观为理论基础赋予了“身体素养”(physical literacy)的情感、能力、认知、行为等新内涵,提高公民的身体素养成为

收稿日期: 2022-08-22; 修回日期: 2022-09-14

基金项目: 2019 年安徽省高校人文社科重点研究项目(SK2019A0547); 巢湖学院校级一般科学研究项目(XWY-202014)

作者简介: 曹保彦,女,山西运城人,巢湖学院体育学院讲师,主要研究方向:体育人文社会学。

世界各国关注的重点^[1]。“身体素养”涉及范围涵盖从出生到死亡的全生命周期, Whitehead 等人将“身体素养”旅程划分为婴儿期(从出生到4岁)、成年早期(19-30岁)、成年期(30-65岁)和老年期(65岁以上),包含了本研究所涉及三类特殊人群。在婴幼儿家庭,三类特殊人群的身体素养培育耦合以家庭代际关系为基础,以婴幼儿身体素养培育为核心,并以婴幼儿“养和育”为主要形式。费孝通在1983年提出中国亲子关系的“反馈模式”和西方家庭亲子关系的“接力模式”。西方的公式是 $F_1 \rightarrow F_2 \rightarrow F_3 \rightarrow F_n$, 而中国的公式是 $F_1 \rightleftharpoons F_2 \rightleftharpoons F_3 \rightleftharpoons F_n$ (F代表世代, $\rightarrow$ 代表抚育, $\leftarrow$ 代表赡养)^[2]。如今,随着二胎、三胎政策的相继实施,年轻夫妇家庭为主导性的近代单一的核心家庭结构已不能满足婴幼儿健康成长需求,孙代日常生活照料必须依赖祖父母一辈长期的隔代抚育,我国主干家庭的亲子关系表现出“祖代和亲代共同抚养孙代,亲代赡养祖代”的模式。因此,“祖辈带养”成为婴幼儿家庭的主要养带模式^[3],父母(或一方)与一对已婚子女(或者再加其他亲属)共同居住生活的“主干家庭”成为常见的城乡婴幼儿家庭类型。在主干家庭中,代际关系的维系建立在情感、认同和社会伦理责任等基础上,家庭育儿方式由过去的“粗放式”向“精细化”转变,聚焦了诸多社会问题,成为折射老“妇”幼身体素养培育的缩影。本研究在休闲学视角下,以0-3岁婴幼儿为中心,采用文献资料法、逻辑分析法、实地观察法和访谈法等,探讨社区主干家庭老“妇”幼身体素养培育过程中出现的困境,期望对合理有效地进行老“妇”幼身体素养培育,促进婴幼儿及其照料者的健康水平提供一定的借鉴意义。

一、老“妇”幼体育健康素养培育的时间困境

时间是休闲研究的一项重要客观指标,是量化体育休闲研究的关键介入点。体育闲暇时间定义、特点、类型,以及体育闲暇时间利用和管理是时间指标研究的重要成果。在老“妇”幼体育健康素养培育的时间困境探讨中,侧重对时间维度的“量和质”,其中“时间量”是在闲暇时间类型分析基础上,对身体素养培育时间多少的分析;“时间质”

是对身体素养培育的利用原则和管理的探讨。

(一)老“妇”幼身体素养培育时间不均衡,“祖辈或母亲”照料者时间不足

马克思、恩格斯指出闲暇时间是摆脱了各种社会责任之后的、剩余的时间,而且这种时间不被直接生产劳动吸收,主要用于娱乐、休息和满足个人精神文化需要。《休闲宪章》对闲暇进行了界定:“闲暇时间是个人完成工作和满足生活要求之外,完全由他们本人自由支配的时间。”^[4]¹¹⁴于光远先生将劳动者的时间分成两部分:一部分是为了再生产自己的工作能力、为了维持生活需要必须花费的时间,如家务劳动、教养子女、购物;剩下的是第二部分,这部分一分为二:一是不得不工作的时间,二是这种时间以外其他的时间,这个时间被称为“业余时间”^[5]。时间投入程度是身体素养培育时间质量评判的重要指标之一。第3次全国群众体育调查将居民参加体育锻炼程度划分为“经常锻炼”和“偶尔锻炼”两个等级。经常锻炼的评价标准是“每周参加体育锻炼3次及以上,每次体育锻炼持续时间30分钟及以上,每次体育锻炼的运动强度达到中等及以上”。偶尔参加体育锻炼(简称“偶尔锻炼”)的评价标准是:参加体育锻炼次数为“每月不足1次”“每月至少1次,但每周不足1次”“每周1~2次”;每次锻炼持续时间达不到30分钟;锻炼强度低于中等强度的成为偶尔参加体育锻炼(简称“偶尔锻炼”)^[6]。同时,世界卫生组织建议,65岁及以上老年人每周至少应进行150分钟的中等强度体育锻炼^[7]。对婴幼儿而言,加拿大、美国、英国、澳大利亚和新西兰等国家,以及世界卫生组织WHO的婴幼儿活动指南建议:尚不能移动的婴儿应该在清醒状态下进行至少30分钟的俯卧活动,12-36个月幼儿每天至少要进行30分钟有计划的身体活动,每天至少60分钟至几小时的无计划身体活动,久坐时间小于1小时;2岁以下儿童无屏幕时间,2岁的儿童的屏幕时间<1小时,越少越好;3-5岁的学龄前儿童每天至少要进行60分钟有计划的身体活动,每天至少60分钟至几小时的无计划身体活动,久坐时间小于1小时^[8]。然而,家庭体育锻炼总体情况不容乐观,大部分家庭都存在锻炼时间、锻炼频率、锻炼强度不足的情况,亲代有超过半数的人锻炼水平为最低标准,子代的业余时间相对较多,锻炼水平为低的人数高达42%^[7]。在

婴幼儿家庭中,认真的、权威的婴幼儿身体素养培育消耗时间,“祖辈或母亲”身体素养培育时间明显不足,婴幼儿的身体素养培育时间较有保障,老“妇”幼身体素养培育时间呈现出失衡状态。

在婴幼儿家庭中,围绕老“妇”幼的 24 小时时间类型主要有睡眠、婴幼儿生理性抚育、婴幼儿社会性抚育、母亲工作、母亲家庭劳务、祖辈家庭劳务、购物和照料者休闲活动等,且以“婴幼儿”为中心。照料者在面临家务或工作等压力之余,承担了较多婴幼儿“生理性抚育和社会性抚育”职责,参与体育锻炼的时间量明显受到限制。对祖辈照料者而言,以老年人为主导的身体素养培育时间不足,隔代“生理性抚育”占据了老年人大量的闲暇时间,为子辈提供家务支持对老年人挤压了其参与锻炼的时间和精力,没有隔代照料负担的老年人锻炼参与的可能性是有照料负担老年人的 1.22 倍^[9]。对母亲角色而言,性别角色妥协和价值认同依然限制女性休闲时间的支配与兴趣的表达。除有酬劳动外,女性平均每日用于家务劳动的时间长达 4 小时,25—34 岁时可用于自我支配时间最少,闲暇时,女性参与休闲体育呈现人数少、次数少、时间短、项目单一等特点^[10]。“像广场舞之类的体育锻炼活动想都不用想,因为照顾孙女,压根没有时间参加。若自己感觉身体不舒服,就从家走到一中附近(熙熙奶奶)。”“家务和照顾孙子占用了我大部分时间,每天只有半个小时左右可以锻炼身体,还是靠自己坚持才能保障。之前是晚上把小孩交给妈妈之后,在睡觉前锻炼。现在主要是早上准备好早饭之后练。锻炼是我生活必须的一件事,有时间累了就先睡觉,等半夜起来有精力了再锻炼(硕硕奶奶)。”“由于照顾小孩和工作的压力,我的锻炼时间很少,一般在照顾小孩的过程中锻炼。比如:遛娃期间的散步,小孩玩耍期间跟抖音跳健身操(但锻炼时间很短,小孩经常过来打断自己的运动)。因为小孩还不到两周岁,奶奶都 73 岁了,怕奶奶累着,我一般会放弃专门的锻炼时间(硕硕妈妈)”。案例表明:婴幼儿家庭的老“妇”幼身体素养培育时间分布不均衡。对婴幼儿的生理性抚育和社会性抚育占用了照料者的大量时间,照料者对婴幼儿时间投入较多,婴幼儿身体素养培育时间量较有保障,但“祖辈或母亲”照料者身体素养培育时间明显不足,甚至处于被忽视状态。

(二)老“妇”幼身体素养培育时间复用率较低

体育闲暇时间的利用原则是对时间利用的质性分析,强调复用观念原则、发展的视野原则和系统的原则,其中,体育闲暇时间的复用是休闲活动的内在要求,体育休闲活动与其他休闲活动共存较普遍,倡导应摒弃那种在体育闲暇时间中只从事体育休闲活动的狭隘观念,树立与其他休闲活动共享的观念^{[4]133}。从传统意义上讲,婴幼儿身体素养培育是在照料者一方或多方主体除生活必要时间之外的自由支配时间内进行的,需要祖辈或母亲的指导,与照料者 24 小时时间利用密切相关,故,探讨婴幼儿身体素养培育与劳动的时间复用尤为必要。时间复用原则体现了不同活动之间的共存情境,是不同活动对时间的共享,也是提升老“妇”幼身体素养培育时间利用率的关键。目前,老“妇”幼 24 小时的时间复用集中表现为:婴幼儿“教与养”时间和照料者劳动时间之间的复用,体现了婴幼儿身体素养培育时间和劳动时间的不可分割性。婴幼儿身体素养培育与劳动的不可分割具有历史渊源,追踪休闲活动的产生过程,发现休闲是随着人类社会生产力发展而独立显现出来的,休闲活动的形成经历了“从劳动中剥离休闲活动”“从文学、艺术、游学和旅游中创造休闲活动”和“从战争和宗教活动中汲取休闲活动”的基本形式。休闲活动形成的基本形式意味着“休闲时间与劳动时间”二者原本可以统一一体,休闲时间投入与劳动时间投入常融于同一历史时间节点。同时,关于休闲与劳动的讨论中存在一种两难,即二者要么相互对立,要么相互渗透,这种界定在一定程度上为劳动对休闲的僭越提供了便利^[11]。列斐伏尔在《日常生活批判》中指出:休闲和日常性不能被简化为“周日”和“每日”之间简单的时间关系。每个星期,周六和周日都属于休闲,具有日常工作般的规律性^[12]。劳动对休闲的“僭越或不可分”在主干家庭中的职业女性身上表现地尤为明显,对她们而言,婴幼儿身体素养培育虽然不是严格意义上的工作,却似乎具备了列斐伏尔所说的“如工作般的规律性”时间色彩,进一步印证了婴幼儿身体素养培育时间与照料者劳动时间不可分割,为身体素养培育时间复用作了进一步合理解释。

然而,在日常生活中,身体素养培育的投入时间和育儿劳动时间的统一体往往被割裂,婴幼

儿身体素养培育时间常常被照料者限定在某一段时间段,或某一时间点。“虽然我会在做家庭劳务或工作的过程中与宝宝做一些互动游戏,但考虑到安全因素,我更倾向于完成自己事情之后跟孩子一起玩(乐乐妈妈)。”“劳动时间对婴幼儿进行身体活动能力培育的话,要考虑劳动内容对婴幼儿没有构成安全威胁,即使有也很随意。像剥豆子、扫地、拖地等家务劳动的时候会跟宝宝一起完成,但需要我在旁边照看,主要是怕有危险,怕小孩吃生豆、摔跤什么的。像切菜、炒菜什么的是万万不希望宝宝参与,太危险(希希妈妈)”。案例表明,身体素养培育的投入时间和育儿劳动时间的统一被完全分割或部分分割,照料者倾向利用专门时间对婴幼儿进行身体素养培育。照料者常在完成再生产自己的工作、完成维持生活需要、工作和其他活动之余,才开始进行婴幼儿身体素养培育。婴幼儿身体素养培育时间与照料者劳动时间出现割裂,且分割程度与照料者观念相关,安全/危险因素很大程度上影响着照料者的决定。

(三)老“妇”幼身体素养培育时间的管理质量较低

体育闲暇时间利用的管理突出对体育休闲活动权重分类——重要和不重要,急迫和不急迫;以及体育闲暇时间利用的效果(主要从事体育休闲活动目的的难度的主观方面,各类体育休闲活动项目的科学组合对利用效果进行评判)^[4]138-140。不同主体的身体素养培育需求可视为对身体素养时间管理分析的一个逻辑起点。在身体素养培育的时间管理中,一方面强调老“妇”幼身体素养培育的内外需求权重划分;另一方面侧重照料者根据身体素养培育需求,结合自身或婴幼儿的体育技能水平对各项活动的合理有效配置。

老“妇”幼身体素养培育的内外需求划分主要表现为:照料者与婴幼儿的身体素养需求权重的对比划分,自身或婴幼儿不同主体内部的需求权重划分。当婴幼儿处于0-3岁阶段时,大部分母亲经历了妊娠期、产褥期、哺乳期和断奶期等特殊阶段,身体状况与怀孕前出现了差异,出现腰痛、水肿、大腿根酸疼等产前身体问题,并在产后出现了不同程度的手腕痛、手指痛、腰痛、畏光、盆底肌松弛、腹直肌分离和妈妈臀等生产后遗症;进入工作之后,又面临育儿与工作之间的矛盾,使得母亲角

色受生育、职场工作和婴幼儿日常照料等诸多压力夹持,身心健康多数处于亚健康状态或疾病状态。因而母亲角色对健康需求比较强烈,身体素养培育需求主要是表现为:进一步维持身体运动能力,减少疾病发生,提高生活质量^[1]。对祖辈照料者而言,老年人身体机能弱化,社会化速度减慢,身心状况下降,亦出现了身体、心理和社会化等不同层次的体育健康需求,该群体的身体素养培育需求主要表现为:减缓身体运动能力衰退,起到延年益寿和提高生活质量的效果^[1]。对0-3岁婴幼儿而言,“身体素养”主要强调身体发育、动作技能初步发展和简单社会化培育,即:身体各项生理指标的发育;发展从躺卧两维的平面观察到直立行走的三维立体探索的身体动作,走、跑、跳、爬、攀等基础动作;简单的社会化行为(如:亲社会化行为)。“如果自身和婴幼儿身体需求满足进行权重比较的话,我会先考虑婴幼儿的身体需求,自己的需求满足无所谓,除非身体有什么不舒服的,需要特别注意的健康问题,才会考虑自己。在活动安排方面主要考虑小孩是否具有了该时间段应该具备的身体活动能力,会不会跟小朋友们一起玩之类的,落后的话会比较着急。怎么提升还是比较盲目的(希希奶奶)。”“当然是以宝宝的为主,小孩子什么都不懂,我自己身体健康需求会根据需要在平时适时满足。至于小孩身体活动安排的话,会考虑阶段性成长,比如:在1岁时还不具备走的能力,则比较焦虑,然后针对性发展该技能。社会性的行为的话,不太注重,毕竟还小,等他大了慢慢就好了。如何提升主要看看抖音、育儿书,或跟身边的宝妈交流,但效果一般,也不成系统(硕硕妈妈)。”“无所谓了,小孩到什么时候自然就具备了该阶段身体活动能力,人为干预很少,只要安全就好。(星星爷爷)”。访谈结果表明,照料者往往以婴幼儿的身体素养需求满足为优先选择,照料者自身的身体素养满足常被忽视,除非身体有特殊问题。婴幼儿内部的不同身体素养活动的权重划分以个体阶段性成长为主要参考标准,也有任其发展的。同时,在身体素养培育过程中,存在照料者不善于结合体育技能水平合理安排各类身体活动,对提升婴幼儿身体素养的各类活动不能够进行系统性配置等诸多问题,老“妇”幼身体素养培育时间管理质量较低。

二、老“妇”幼身体素养培育的活动困境

(一) 婴幼儿身体素养培育活动的结构不合理

身体素养培育要通过有形的体育活动来实现,老“妇”幼身体素养培育活动主要分为三类:游戏、体育项目和体育旅游,并表现出“参与类”或“观赏类”的不同身体状态。对祖辈或母亲照料者而言,体育项目和体育旅游应是优选活动类型;对婴幼儿而言,更多侧重具身性游戏项目。婴幼儿 24 小时活动突出表现为:睡眠、久坐和身体活动三大部分,久坐和身体活动是对婴幼儿身体素养培育的重要内容。久坐行为可指乘坐婴儿车、机动车等交通工具,看电视或玩缺乏主动性的屏幕游戏。身体活动表现为:1 岁以下婴儿每天应以多种方式进行身体活动,尤其是互动式地板游戏(如俯卧活动、移动上肢与下肢、练习抓取物品等)和水中游戏,越多越好。应不限制婴儿的长时间身体活动,家长需鼓励婴儿积极探索周围环境,交替进行室内室外活动,以促进婴儿的运动技能发育;对于尚不能移动的婴儿,应该在清醒状态下进行俯卧活动,开始爬行之前,身体活动包括拿取和抓握、拉动和推动,活动头部、躯干和四肢,开始自主移动后,鼓励尽可能多地进行身体活动^[8]。12-36 个月幼儿每天至少要进行有计划或无计划的身体活动,充满活力的身体活动越多越好,交替进行室内室外活动。久坐时间小于 1 小时^[13]。2 岁以下儿童各项身体活动要间歇性进行,贯穿全天。3-5 岁的学龄前儿童每天要进行有计划或无计划身体活动,越多越好,交替进行室内室外活动,各项身体活动间歇性进行,贯穿全天。久坐时间小于 1 小时^[8]。婴幼儿活动指南在婴幼儿睡眠、久坐以及身体活动方面进行了具体指导,并对婴幼儿活动时间、类型、强度、空间,以及个体的主动性和计划性进行了涉猎,为我国婴幼儿身体活动指南提供了重要参考价值。“宝宝坐婴儿车的时间还是比较多的,出去遛弯大部分在婴儿车上,去商场的路上坐婴儿车,学会走之后有时候也让他坐婴儿车,因为这样会节省时间,也安全。看电视的时间会控制,在一岁半以内,只要他在客厅我们就不开电视,等他睡着了才开一会。手机也不让他玩,但是有时候不好哄了,也会适当看看,转移他的注意力,增加他的新鲜感。但有时候管不住,没办法(天天奶奶)。”“只要他会走路了,不累的话,

在室外我都让他自己走路。在小区健身器械场所也会鼓励他摸索各种器材,有意识地锻炼他的身体活动能力和好奇心。有时候有计划,有时候没计划,相对来说比较随意吧。天气是我考虑的主要因素(硕硕妈妈)。”“小区有一个幼儿园,我经常鼓励她玩各种幼儿园器材,还会辅助她玩,有时候她摔跤,碰着了也很正常,只要不严重就行。她跑得很快,我经常追着她跑,身边人都说她小腿跑得快,身体结实。只要天气允许,吃完早饭我就带她出去,有时候下小雨也会出去,到十一点半左右回来(熙熙奶奶)”。访谈结果表明,婴幼儿在会走之前坐婴儿车的时间比较长,会走之后这种情况得到了一定改善,大部分照料者会有意识地让婴幼儿从婴儿车上解放出来,并且适当地控制屏幕时间,但有时候控制效果不明显。同时,照料者对婴幼儿会走路之前的具体活动较少谈及,会走路之后活动相对丰富,室内和室外活动都有,会鼓励婴幼儿探索周围环境,但没有计划性,活动内容也比较随意,受天气因素影响较大。

(二) 照料者活动层级较低,被边缘化

老“妇”幼身体素养培育的活动具有层次性,层次程度主要通过个体主动性和活动专业水平来评判。浅层次的休闲是全球化、无差别的,比如散步。这种休闲与日常生活中其他方面一般比较难以区分;稍高层次的休闲往往具有积极的态度,比如看电影,这种休闲在商业活动中有被异化的危险;最高层次的休闲是专业化的消遣,比如摄影,不仅需要“实践”,而且往往与个人的专业技能相联系,被称为“文化休闲”。^[13]这一层次划分与美国社会学家 Robert A. Stebbins “随意休闲、主题计划性休闲和深度休闲休闲类型”划分不谋而合,均强调了休闲项目专业性水平高低和个体积极性投入程度。对婴幼儿而言,专业性往往通过是否具备阶段性成长的身体活动能力,身体活动能力是否熟练来体现;主动性主要通过照料者或婴幼儿的行为来体现。婴幼儿的主动性具有阶段性,在 2 岁前主要依赖照料者,2 岁之后个体主动性逐渐彰显。计划行为理论结构模型包含的行为态度、主观规范和知觉行为控制三个基本要素,有效揭示了照料者对婴幼儿身体素养培育行为。首先,照料者以婴幼儿身体素养为主导,具有主动性,即主动安排体育活动,主动引导婴幼儿践行体育健康行为,同时观察婴幼儿

儿对体育活动的喜爱程度和接受程度。其次,照料者对婴幼儿身体素养的引导受周围社会环境的影响,若婴幼儿的体育行为不符合社会行为规范、体育健康礼仪的要求,照料者会适当地、及时地进行纠正,以规范婴幼儿个体的体育行为,养成良好的身体素养。最后,照料者对婴幼儿体育行为会进行知觉行为控制,当照料者对婴幼儿参与的体育活动感到难以把控时,会有意识地规避该活动,转移婴幼儿注意力,以降低婴幼儿的体育安全事故。由于婴幼儿个体身体活动能力和心智发展程度的特殊性,婴幼儿往往对照料者所安排的体育行为不是特别遵守,出现了不按既定目标参与体育健康活动的现象,此时照料者要么遵循婴幼儿个体的意愿,使得个体实际行为与既定目标行为偏离,要么把婴幼儿个体“强制”拉到既定目标活动中。婴幼儿这种“不遵守、不按既定目标”的行为一定程度体现了婴幼儿自主意识的觉醒,是婴幼儿个人主动、积极投入具身性体验活动的一个标志。

对祖辈或母亲照料者而言,体育项目和体育旅游是优选活动类型,但因“祖辈或母亲”受婴幼儿“生理性抚育”和“社会性抚育”的职责束缚,以及个体的时间、资金和精力等限制,身体素养培育活动常常徘徊在低层次体育活动层面。“体育专业技术和个人投入”标准稍高或比较高的体育活动往往处于搁浅或边缘化状态。“祖辈或母亲”在自身身体素养培育中,身体活动的专业技能表现明显不足,对个体主动性发挥欠缺,散步、逛街、看电视等“低层次休闲或随意休闲”活动较多,活动层级较低。身体素养培育活动更多地是通过亲子活动的形式展开,或在婴幼儿参与活动空隙进行,且“祖辈或母亲”活动比较简单随意,随时可以停止,场所主要聚集在家和社区,社区内的各类健身器械是身体素养培育的重要工具。“我主要在跟小孩遛弯的过程中,一边遛弯,一边做一些简单的身体动作,之前玩的羽毛球、游泳项目几乎放弃了(硕硕妈妈)。”“照顾小孩有时候有点累,就不练了(星星奶奶)。”

(三) 婴幼儿身体素养培育的科学性和盲目性并存

现代意义的休闲是与18世纪末工业化的出现直接相关的^[14],凡勃伦的《有闲阶级论》开启了现代休闲研究之先河。婴幼儿身体素养培育追求身

体健康、运动技能、认知和情绪控制等能力提升。主干家庭的母亲角色承担着主要的“社会性抚育”职责,是儿童的首要且最佳养育者,身体素养培育责任相对较多。受专业技术主义时代的影响,母亲被建构为“学习型专家”,育儿工作的专业化和技术化趋向越来越明显^[15]。母亲在培育婴幼儿身体素养的过程中,需追求身体素养抚育的科学性,抓住个体身体发展的敏感期,尊重个体动作技能形成规律,认知特征等进行身体素养抚育,如:树立怎样的婴幼儿身体素养培育理念,如何进行活动类型选择、强度设置、时间布局、方式选取、组织安排,以及如何营造具身性体验环境,如何进行科学性、系统性和有计划性活动管理等。实践表明:婴幼儿教养者缺乏系统的养育知识和科学的评价方法的情况较多,主要通过幼儿园讲座、社会早教机构课程体验与宣传、政府部门或社会公益组织举办的科学育儿知识讲座、自学、网上早教论坛等途径获取早期教育知识,获取渠道较少且科学性不足^[16],致使婴幼儿身体素养培育者常陷入“追求科学性却盲目培养”的尴尬状态。

受商品经济和消费主义的影响,“婴幼儿身体素养培育的科学性和盲目性并存”还体现在消费文化层面。在“消费受控制的科层社会”中,最时髦的话题是“创造需求,引领消费”。需求,包括休闲的需求,都是虚假的,被制造出来。“将日常生活转变为假装,消费者的脸庞绽放出满意的笑容。”^[17]在功利主义和消费主义的裹挟下,一些家长对机构早教存在认知偏差:将机构视为早期教育发生的主要甚至全部场所,认为购买机构课程即是为孩子购买了赢在起跑线上的希望^[18]。同时,消费好的育儿商品被认为是避免风险和促进孩子成长的最好策略;消费好的商品成为做父母的基本规范和职责,亲职的面向得以增加和延伸^[19]。对婴幼儿的身体素养培育活动呈现出一种危机:“将过多的培养方式依赖于各类商品服务和产品,商场内外形形色色的钓鱼、积木、沙盘和身体游戏等雷同性活动充斥着婴幼儿周围,活动的体育元素较少。婴幼儿个体的身体素养培育行为往往被不自觉得安排。”让人担忧的是:该类商品服务符号化色彩浓厚,成为评判照料者对婴幼儿“科学抚育”的标签取向。研究指出,琳琅满目的育儿产品,高端的教育规划,孩子天使般的面孔,幸福妈妈的笑靥,各方

专家的严肃庄重,都在向读者暗示着:只要消费对了,育儿就是轻松的事情,孩子快乐,母亲自在^[17]。婴幼儿身体素养培育被消费行为化或商品化,培育活动在主观上的自由变得不可能。致使“人们被现世生活中的物欲包裹着前进,偶尔通过休闲领略自然之大美,但很多时候人生在世的烦扰让人无暇处处留意生活中的诗意瞬间。这一现状很难改变,因为人无法退入一个根本不存在的没有技术的伊甸园。”^[20]婴幼儿身体素养培育的盲目性显露无疑。

三、老“妇”幼身体素养培育的精神状态异化

“人倚木而休”表达了人类生存过程中劳作与休憩的辩证关系,又喻示着物质生命活动之外的精神生命活动^[20]。从哲学意义上来说,“休闲”体现的是一种自主的精神追求,即是从主观认知上出发,自由选择自己想做的事,“休闲的根本内涵就是生存境界的审美化”^[21]。虽然老“妇”幼身体素养培育呈现时间和活动困境,但老“妇”幼身体素养培育的休闲体验不应被忽略。休闲体验是休闲精神美的重要衡量标准,一般通过心理的“畅、高峰体验和心流”等进行衡量,表现为个体摆脱被动地、消极意义的精神状态,追求幸福的心理体验情境。整个休闲过程中涉及和经历的主要有:身体性放松—感官性快乐—心理性体验—精神性享受^[22]³³⁷。对祖辈或母亲照料者而言,休闲体验主要体现在亲子互动的精神性享受之中;对婴幼儿而言,休闲体验则侧重个体感官性快乐和心理性体验。

(一) 祖辈照料者的精神状态受代际责任伦理束缚较强,母亲被赋予过高育儿职责和标准

《东观汉记·明德马皇后》中有云:“穰岁之后;惟子之志;吾但当含饴弄孙;不能复知政事。”清·淮阳百一居士在《壶天录》中亦云:“佳儿佳妇,吾将含饴弄孙,不复理家政矣。”两处均勾勒了老年人晚年祖孙共乐的悠闲生活需求。对老年人而言,老年人对婴幼儿的照料不仅受天伦之乐、身体康健的内在动机的影响,亦受外在认同动机、社会化和家庭伦理责任的驱使。老年人对婴幼儿身体素养培育是休闲——劳动相结合的活动,老年人经常在外在动机的活动中体验到畅爽。老年人在内外动机的整合下感受到义务和承诺,感受到自我决定^[23]。纯粹工作活动和休闲活动都产生许多畅的体验,休闲——工作活动所体验到的畅明显多于纯

粹的休闲活动。对母亲照料者而言,母亲可有效补充祖辈照料者对婴幼儿身体素养培育的不足。与非隔代抚养幼儿相比,隔代抚养幼儿的体育参与程度较低,且恰当的情境游戏干预可以有效地提高隔代抚养幼儿的体育参与程度^[24]。虽然,祖辈照料者和母亲对婴幼儿身体素养培育存在差异,但受时间、精力等因素影响,祖辈或母亲照料者的身体素养培育体验主要体现在与婴幼儿的互动游戏中,并能使照料者感到追求幸福的心理体验情境。实践表明:婴幼儿身体素养培育具有具身性特征,婴幼儿经常摇头晃脑地,利用全身的力量进行手舞足蹈,在音乐渲染的情境下尤其明显,该行为对照料者的感染力很强,“祖辈或母亲”在这一过程中受婴幼儿影响,会自发地参与到婴幼儿的活动中,对自身身体素养培育具有驱动效果。同时,当婴幼儿开始学习一种新的体育技能或参与一项新的体育活动时,照料者们常常为了有效引导婴幼儿的体育健康行为,帮助婴幼儿树立健康体育行为,主动参与到体育技能或体育活动中。学习婴幼儿的身体运动特点,模仿婴幼儿的身体动作、说话语调对婴幼儿进行身体素养培育,使照料者感到由衷的精神喜悦。

然而,照料者身体素养培育亦面临不同的休闲体验困境。对祖辈照料者而言,祖辈照料者的精神状态受代际道德伦理责任束缚较强,本真的休闲精神性享受难以为继。祖辈照料者自身身体素养培育面临着身体障碍、心理障碍和结构性功能障碍,时间不足、活动层次低和活动边缘化等困境,个体身体运动能力和生活质量明显下降,身体素养培育需求得不到满足。“因为照顾孙子,我的腰比以前更弯了。做家务也很辛苦,我也想回老家放松一下(硕硕奶奶)”。并且在婴幼儿照料过程中,受代际责任伦理束缚较强。“我头发都掉了好多,也有好长时间没回老家了,家里还要老妈也想回去看看,但不照顾她不行啊,她爸妈还要上班,不然没人管(熙熙奶奶)”。祖辈照料者在责任伦理要求下承担着过多的婴幼儿生理抚育责任,以婴幼儿生活为中心的日常生活琐事使老年人照料者常处于画地为牢的境地,个体时间、精力都被极大地消耗,与之前的生活方式大相径庭。家庭代际责任伦理使祖辈照料者的家庭育儿劳动具有了强制性色彩,祖辈照料者赋闲在家时似乎必须对婴幼儿进行日常生活照料,发展婴幼儿的身体素养水平。对婴幼儿进行隔代身体素

养培育,对子代家庭进行家庭劳作演变成一种“必须”的责任和义务,个体休闲自在的生命和自由的体验状态受到影响,出现休闲体验难顺利发生的困境。

对母亲照料者而言,母亲被赋予过高的育儿职责和标准。母职是母亲在代际身体素养培育中的精神体验结果,被赋予两层内涵:一种是由社会和历史建构的偏静态、制度性以及社会性的“制度母职”;另一种是偏动态、实践、个体的“经验母职”,强调个人的主体感受和实践^[25]。在代际身体素养培育中,母亲的“制度母职”和“经验母职”被不同程度地演绎,二者存在关联性。“制度母职”表现为:20世纪90年代以来,母职/母亲角色意识形态的重构,当今的“好妈妈”已经不再是能够兼顾工作和家庭角色的“工作母亲”,而是符合现代性标准的全知全能的“教育妈妈”^[26]。“我现在为了管好小孩,一直在学习各种科学育儿的知识,经常以是否科学要求自己(鑫鑫妈妈)。”“经验母职”受第三波女性主义(后女性主义)思潮的影响,强调女性的能动性和主体性,被赋予能够兼顾个人身心健康,独立、优雅地享受生活的形象。母亲开心幸福地抱着小孩的图像,意指母亲的角色迷思^[20],是对“经验母职”个体感受的真实写照。“现在的妈妈不好当啊,压力好大,既要上得了厅堂,还要能下得了厨房,还要照顾好娃(乐乐妈妈)”。从整体上看,母亲被构建成不仅能够平衡工作、育儿、家庭劳动和休闲的关系,还强调情感投入、知识密集、年轻、美貌、会消费等形象。母亲被赋予过高的职责和标准,被要求在婴幼儿养育上投入过多的情感、时间、精力,应能够通过自我管理满足提升身体运动能力,提升生活质量的身体素养培育需求,“母亲”的女性身份被过分压榨。与此同时,母亲还面临文化追求与经济条件制约,教育的功利性与人文性的价值不平衡压力^[18],父亲角色的家庭支持缺位,与祖辈照料者“经验大于理论”的育儿观念冲突,社会早教服务资源不足,公共育儿服务投入薄弱等婴幼儿养育困境,母亲追求幸福的精神性体验被大大折扣。

(二) 婴幼儿感官性体验被符号化,心理性体验超负荷

“休闲”体现的是一种自主的精神追求,侧重从主观认知上出发的自由选择,弗洛伊德将婴儿大小便自控能力与心理上的自主意识相联系,是婴

儿意志力的初萌^[6],时间节点主要发生在婴幼儿两岁左右。自主意识是婴幼儿身体素养培育的关键,能够有效激发婴幼儿的兴趣,增强个体感受。在婴幼儿身体素养过程中,游戏和亲子互动是重要形式,能够有效激发婴幼儿自发履行生理、心理功能的行为。已有研究表明:婴幼儿倾向于熟悉、轻松、活动量小、安全、成熟、风险不大的独自体育游戏,能够刺激婴幼儿听觉、视觉、触觉、嗅觉和味觉等器官,发挥婴幼儿的感觉和模仿能力的客观环境,因此,当出现适宜的感官刺激时,便会增强婴幼儿感官性体验。如:“当与宝宝互动时,如果碰到能够激发她视觉、听觉等刺激性事物时,她便会表现出异常兴奋的状态,很高兴的样子(彤彤妈妈)。”“当与宝宝玩一件新活动时,若他感到新奇,便会表现出手舞足蹈、欢呼雀跃,比如一个气球,当你和他一起拍打时,他脸上会呈现出很兴奋的表情(硕硕奶奶)”。然而,受现代专业技术时代和消费文化的影响,婴幼儿的社会融合很大程度上受到社会利益的支配,欲望更多的和他人密切相关,甚至它也普遍地受到父母亲和社会的愿望和需求的指引,婴幼儿身体素养培育亦未幸免。个体感官性体验被刻意安排,培育者过多地将婴幼儿的身体素养培育环境进行市场统一化、标准化、组织化和符号化。

婴幼儿身体素养培育是融于生活的无意识的学习行为,心理性体验是在日常的“教与养”过程中来完成,需坚持“以养为主,教养融合”原则,以身体发育、动作技能初步发展和社会化培育三个层面为主要内容。有意识抚育是婴幼儿早期教育的主流和趋势,也是婴幼儿身体素养培育中心理性体验的关注点。养育者应创设环境提供机会,倡导0岁开始唤起养育者的早教意识,让“无意识的教”变为“自觉的教”,但又不是“刻意的教”^[18]。年龄越小,教与养越不能分离,2岁之前婴儿教育应当完全融于养育的行为,它们是同一个过程^[6]。此外,婴幼儿心理性体验效果对照料者较为依赖。埃里克森的发展阶段模型指出“信任与不信任”的情感是个体最早的体验结果,婴幼儿对“祖辈或母亲”照料者的信任情感能够使婴幼儿个体表现出明显的放松自由迹象。然而,在身体素养培育过程中,过多地强调家庭照料者、市场培育人员和早教机构的主导作用,导致了婴幼儿教养过程的超负荷。有组织的和有监管的活动远比那些无结构的活动更

受到培育者的信任,父母亲照料者感到平衡“工作和家庭角色”造成积极教养的缺失,促使婴幼儿个体体验的责任超负荷,改变超负荷,情感也超负荷,不断催促婴幼儿快速成长^[27]。婴幼儿个体心理性体验被忽略,婴幼儿的心理性体验处于超负荷状态。

四、结语

老“妇”幼体育健康是各界广泛关注的话题,与身体素养培育息息相关。老“妇”幼身体素养培育面临时间、活动和精神状态等诸多困境,需从社会环境和自然环境方面进行突围。关注老“妇”幼的身心发展规律,加强社区体育的软件和硬件资源建设,强化幼儿社区体育服务建设力量,夯实婴幼儿家庭体育健康教育资源,为老“妇”幼代身体素养培育营造一个良好的社会生态环境。本研究关注婴幼儿、青年女性、老年人的代际身体素养,对缓解人口低生育率、女性健康、老龄化的社会问题具有一定意义。同时,对社会公共服务资源向社区下沉,保障养老育幼的社区公共服务体系建立,优化社区体育健康服务体系,建设科学、有效的社区群众体育健身模式,树立终身体育理念和体育健康生活方式具有一定参考价值。

【参考文献】

- [1] 任海. 身体素养: 一个统领当代体育改革与发展的理念[J]. 体育科学, 2018, 38(3): 3—11.
- [2] 费孝通. 家庭结构变动中的老年赡养问题[J]. 北京大学学报(社科版), 1983(3): 8—15.
- [3] 张莘, 茅倬彦. 上海市社区 0~3 岁婴幼儿家庭养育模式与需求的调查[J]. 中国妇幼保健, 2017, 32(18): 4500—4503.
- [4] 胡小明, 王广进. 体育休闲概论[M]. 北京: 高等教育出版社, 2016.
- [5] 袁继红, 丘仙灵. 玩劳动: 数字时代劳动与休闲的耦合逻辑[J]. 哲学分析, 2022, 13(2): 3—14, 196.
- [6] 江崇民, 张一民, 张彦峰, 等. 中国城乡居民参加体育锻炼程度评价的辨识[J]. 体育科学, 2009, 29(5): 24—31.
- [7] 王富百慧, 谭雁潇. 我国老年人体育锻炼的队列分化机制研究——基于个体、家庭和社会网络支持的视角[J]. 中国体育科技, 2019, 55(10): 22—31.
- [8] 杜青, 曹彬, 梁菊萍, 等. 儿童早期运动国际推荐和指南解读[J]. 教育生物学杂志, 2019, 7(1): 37—41.
- [9] 王富百慧. 家庭代际关系对城市老年人锻炼行为决策的影响[J]. 上海体育学院学报, 2019, 43(5): 58—66.
- [10] 王富百慧, 江崇民, 王梅, 等. 中国成年女性体育锻炼行为代际变化特征及影响因素研究[J]. 体育科学, 2015, 35(9): 24—34.
- [11] 周雨, 刘慧梅. 闲与劳动——论阿伦特与韩炳哲关于“休闲”的争论[J]. 哲学分析, 2022, 13(2): 15—23, 196.
- [12] 亨利·列斐伏尔. 日常生活批判第一卷概论[M]. 叶齐茂, 倪晓辉, 译. 北京: 社会科学文献出版社, 2016.
- [13] 潘海颖. 休闲与日常生活的反正——列斐伏尔日常生活批判的独特维度[J]. 旅游学刊, 2015, 30(6): 119—126.
- [14] 庞学铨. 20 世纪西方休闲研究精要[M]. 杭州: 浙江大学出版社, 2021.
- [15] 陶艳兰, 风笑天. 多面向的母亲: 流行育儿杂志与母亲角色的社会建构[J]. 中南民族大学学报(人文社会科学版), 2016, 36(5): 120—125.
- [16] 岳素萍. 我国中部地区家庭早期教育现状及其改善策略[J]. 学前教育研究, 2019(3): 85—88.
- [17] Lefebvre H. Everyday Life in the Modern World [M]. Rabinovitch S, trans. New Brunswick and London: Transaction Books, 1984.
- [18] 张小红. 在家早教: 城市新中产家庭婴幼儿养育策略——基于微信育儿群的参与观察[J]. 当代青年研究, 2022(3): 84—90.
- [19] 陶艳兰. 养育快乐的孩子——流行育儿杂志中亲职话语的爱与迷思[J]. 妇女研究论丛, 2018(2): 31—45.
- [20] 潘立勇. 休闲与审美: 自在生命的自由体验[J]. 浙江大学学报(人文社会科学版), 2005(6): 5—11.
- [21] 来晓维. 老庄休闲审美哲学探究[J]. 晋阳学刊, 2016(2): 84—88.
- [22] 庞学铨. 休闲学研究之回顾与展望[M]. 长春: 吉林大学出版社, 2021.
- [23] 苗大培. 论体育生活方式[J]. 天津体育学院学报, 2000(3): 6—8.
- [24] 张烨, 全海英, 张琪, 等. 隔代抚养幼儿的体育参与程度及其干预[J]. 学前教育研究, 2017(10): 28—37.
- [25] 王蕾. 母职策略: 城市中产女性孕产期的母职实践[J]. 社会建设, 2022, 9(3): 64—78.
- [26] 金一虹. 社会转型中的中国工作母亲[J]. 学海, 2013(2): 56—63.
- [27] 华爱华. 论婴幼儿早期发展中“教”与“养”关系[J]. 华东师范大学学报(教育科学版), 2009, 27(2): 47—51.

【责任编辑 李兆平】