

经济资本、文化惯习与社会环境的交互作用： 健康中国战略下甘肃省老年女性健身活动发展机制研究

赵一斌，田雨*

甘肃省庆阳第一中学，甘肃 庆阳 745000

摘要：本研究聚焦甘肃省老年女性健身活动的发展机制，探讨经济资本、文化惯习与社会环境的交互作用对健身参与的影响。研究发现：经济资本较高的老年女性因健康替代资源可及性而健身参与度较低，但对兴趣驱动型活动需求显著；教育水平与参与行为呈负相关，低学历群体更依赖社交驱动，高学历群体则倾向于满足高阶心理需求；社会环境的结构性制约进一步限制了健身活动的普及。研究提出“三维协同机制”破解困境。研究结论为西部欠发达地区老年健康治理提供理论依据与实践路径。

关键词：经济资本；文化惯习；社会环境；老年女性；健身活动；健康中国战略

Interaction of Economic Capital, Cultural Habits, and Social Environment: Research on the Development Mechanism of Fitness Activities for Elderly Women in Gansu Province under the Healthy China Strategy

Zhao Yibin, Tian Yu*

Qingyang No.1 Middle School, Qingyang, Gansu 745000

Abstract: This study focuses on the development mechanism of fitness activities for elderly women in Gansu Province, exploring the interactive effects of economic capital, cultural habits, and the social environment on fitness participation. The research finds that elderly women with higher economic capital have lower fitness participation due to the accessibility of health substitution resources, but they have a significant demand for interest-driven activities. Education level is negatively correlated with participation behavior, with lower-educated groups relying more on social drive and higher-educated groups tending to meet higher-order psychological needs. The structural constraints of the social environment further limit the popularization of fitness activities. The study proposes a “three-dimensional synergistic mechanism” to solve the dilemma. The research conclusions provide a theoretical basis and practical pathway for elderly health management in less developed western regions.

Keywords: economic capital; cultural habits; social environment; elderly women; fitness activities; Healthy China Strategy

引言

在“健康中国”战略与“体医融合”理念深度融合的背景下，老年群体的主动健康管理成为应对人口老龄化的核心议题。甘肃省作为西部欠发达地区，老年女性健身活动面临独特挑战：既有经济资本差异导致的资源获取不均，也受地域文化中传统性别角色的深层制约，更存在基础设施薄弱与社会支持体系缺失的结构性矛盾。本研究立足“主动健康”视角，聚焦经济资本、文化资本与社会环境的交互作用，旨在构建适用于西部欠发达地区的老年女性健身发展机制，为“健康中国”战略的区域化实施提供微观层面的实践路径。

基金项目：甘肃省教育厅2023年高校教师创新基金项目《主动健康视域下甘肃省老年女性健身活动的困境破解与发展机制研究》课题编号(2023A-012)。

作者简介：赵一斌(1992.08-)，男，学历：研究生，学位：硕士，职称：中教一级，研究方向：体育教学；

通讯作者：田雨(1996.06-)，女，学历：研究生，学位：硕士，职称：中教一级，研究方向：运动心理。邮箱：654543682@qq.com

一、文献综述

（一）国际老年健身活动研究进展

1. 欧美国家在老年体育发展上形成了多元协同机制。欧洲地区强调政府、非政府组织与社区的联动，通过政策支持与资源整合推动老年健身普及（Smithetal.,2018）。美国则注重以社区为中心的实践路径，通过政策保障与设施建设，鼓励老年人通过体育活动实现社会参与与自我价值重塑（Johnson,2020）^[1]。研究普遍认为，制度设计的灵活性与社区网络的包容性是提升老年健身参与度的关键。

2. 亚洲实践：文化适应与特色项目创新

在亚洲实践中，日本“新老人健康计划”通过社区俱乐部与时尚体育项目将健身与文化认同结合，体现了“在地化”策略的有效性（Tanaka,2019）^[2]。韩国老年健身则注重“时间碎片化”特征，通过推广15分钟居家体操、社区登山步道网络，适应老年人人体力衰退与家庭照料责任的平衡需求（Kim&Lee,2021）^[3]。然而，现有研究较少关注老年女性内部的需求差异——高教育水平女性可能更倾向于专业性健身课程，而低教育水平者依赖集体性活动获取社交支持，这种分层在欠发达地区尤为显著

（二）国内老年健身活动研究脉络

1. 政策演进与阶段特征

萌芽起步期（1995-2009）：以“全民健身路径”“雪炭工程”为代表，解决“有没有”的问题，但对老年女性等特殊群体的需求识别不足；

快速发展期（2009-2016）：《全民健身条例》推动公共服务均等化，但城乡差距显著，农村老年女性受限于“隔代照料”与“设施空白”，参与率仅为城市的1/3（刘芳，2022）^[4]；

内涵深化期（2016至今）：“体医融合”与“主动健康”理念提出，然而西部欠发达地区面临“政策落地难”问题。

2. 区域差异与实践挑战

现有研究指出，我国老年健身活动虽整体发展迅速，但受人口基数大、地域经济文化差异显著等因素制约，存在“宏观政策与微观需求脱节”“城乡资源分配失衡”等问题（陈明等,2021）^[5]。例如，农村地区设施匮乏与城市社区指导不足并存，老年女性群体因传统观念束缚参与度较低（刘芳,2022）^[4]。

二、数据分析

数据源自2023年甘肃省共回收有效问卷42份。样本涵盖不同收入水平、教育程度和城乡分布，具有一定地域代表性，但样本量较小。

表1 平均收入分组 * 参与过体育健身活动频率卡方检验

N	χ^2	df	p
42	14.463	8	0.070

表2 平均收入分组 * 您是否参与过体育健身活动相关性检验

N	R	p
42	-0.315	0.042

卡方检验显示，收入分组与是否参与体育健身活动的关联性接近显著性（ $\chi^2=14.463,df=8,p=0.070$ ），相关性分析进一步揭示二者呈负相关（ $R=-0.315,p=0.042$ ），收入较高的老年女性可能因时间分配或社会角色差异，实际参与度相对较低。

表3 平均收入分组 * 对体育健身活动认知卡方检验

N	χ^2	df	p
42	15.586	8	0.049

表4 平均收入分组 * 对体育健身活动认知相关性检验

N	R	p
42	-0.403	0.008

收入分组与对健身重要性的评价显著相关（ $\chi^2=15.586,p=0.049$ ），中度负相关（ $R=-0.403,p=0.008$ ），高收入群体更倾向于认为健身对老年女性生活的必要性较低，可能与健康替代资源的可及性有关。

表5 平均收入分组 * 健身动机（情绪调节）卡方检验

N	χ^2	df	p
42	13.532	2	0.001

表6 平均收入分组 * 健身动机（情绪调节）相关性检验

N	R	p
42	0.056	0.000

收入分组与此类动机的关联性极显著（ $\chi^2=13.532,p=0.001$ ），正相关较强（ $R=0.556,p<0.001$ ），高收入群体更可能将健身视为情绪管理工具。

表7 平均收入分组 * 健身认知（家庭经济）

N	χ^2	df	p
42	13.852	8	0.086

表8 平均收入分组 * 健身认知（家庭经济）

N	R	p
42	-0.397	0.009

尽管卡方检验未达显著（ $\chi^2=13.852,p=0.086$ ），但相关性分析表明经济因素对健身活动的影响认知呈中度负相关（ $R=-0.397,p=0.009$ ），高收入群体普遍认为经济制约较小，与资源分配理论预期一致。

表9 受教育程度 * 身体状况改善感知卡方检验

N	χ^2	df	p
42	25.639	12	0.012

表10 受教育程度 * 身体状况改善感知相关性检验

N	R	p
42	-0.506	0.001

参与体育锻炼后身体状况改善的感知与受教育程度（ $R=-0.506,p=0.001$ ）呈负相关，高学历群体可能因更高健康预期而对效果评价更苛刻。

表11健康状况（近一年）*健身主动性卡方检验			
N	χ^2	df	p
42	12.436	12	0.411

表12健康状况（近一年）:*健身主动性相关性检验			
N	R	p	
42	0.358	0.020	

尽管健康状况与主动参与意愿无显著统计关联（ $\chi^2=12.436, p=0.411$ ），但弱正相关（ $R=0.358, p=0.020$ ）表明健康状态较好者更可能主动参与，支持“健康促进行为”的正向循环理论。

表13受教育程度:*参与行为卡方检验			
N	χ^2	df	p
42	33.159	16	0.007

表14受教育程度:*参与行为相关性检验			
N	R	p	
42	-0.540	0.000	

受教育程度与参与行为显著相关（ $\chi^2=33.159, p=0.007$ ），且呈强负相关（ $R=-0.540, p<0.001$ ），低学历群体参与度更高，可能与体力劳动需求或社交驱动有关。

表15受教育程度:*健身动机（个人兴趣爱好）卡方检验			
N	χ^2	df	p
42	27.481	4	0.000

表16受教育程度:*健身动机（个人兴趣爱好）相关性检验			
N	R	p	
42	0.683	0.000	

高学历群体更倾向于因个人兴趣参与健身（ $\chi^2=27.481, p<0.001; R=0.683, p<0.001$ ），符合马斯洛需求层次理论中高阶需求的体现。

三、讨论

本研究通过分析甘肃省老年女性健身行为的影响因素，揭示了经济资本、文化资本与社会环境的交互作用对健身参与的复杂影响机制。以下从研究发现的理论意义、实践启示及研究局限性三方面展开讨论。

（一）经济资本的“双刃剑”效应

研究结果表明，高收入群体对健身活动的参与度较低（ $R=-0.315, p=0.042$ ），但对兴趣驱动动机的依赖显著更高（ $R=0.566, p<0.001$ ）。高收入群体可能通过替代性资源满足健康需求，从而降低对健身的依赖性（Cutler et al., 2006）^[6]。然而，其兴趣驱动动机的凸显则体现了马斯洛需求层次中的“自我实现”倾向（Maslow, 1943）^[7]，表明经济资本不仅提供替代选择，也可能推动健身行为从“功能性需求”向“情感性需求”转型。

（二）文化资本的分化作用

教育水平与健身参与行为呈强负相关（ $R=-$

0.540, $p<0.001$ ），但高学历群体更倾向于因兴趣参与（ $R=0.683, p<0.001$ ）。这一矛盾可能反映文化资本的双重影响：低学历群体因体力劳动需求或社交驱动更易参与基础性健身活动，而高学历群体则通过健身满足高阶心理需求（Bourdieu, 1984）^[8]。

（三）总结

甘肃省老年女性的健身行为是经济资本、文化资本与社会环境博弈的结果。破解参与困境需多维度策略：经济上平衡资源配置，文化上推动适应性创新，环境上强化基础设施支持。

四、结论

甘肃省老年女性健身活动的困境，本质是经济资本差异、文化惯习束缚与社会环境制约的交织结果。破解这一困境需构建“三维协同机制”：

经济维度：通过财政转移支付均衡城乡健身资源，针对高收入群体设计市场化服务，避免“替代效应”加剧健康不平等；

文化维度：以“文化适应性”为原则，将广场舞、太极拳等传统活动与地域文化结合，提升参与认同；

社会维度：建立“老年女性友好型”健身环境，通过代际协同项目、社区支持网络降低家庭角色对健身的负向影响。

本研究不仅为甘肃省老年体育发展提供了针对性方案，也为西部欠发达地区应对老龄化健康治理挑战提供了可复制的“地域化”分析框架。后续研究可进一步探索政策感知、代际传递等深层机制，推动“主动健康”理念在老年群体中的落地生根。

参考文献

- [1]Bourdieu, P.(1984).Distinction: Asocialcritiqueofthejudgementoftaste. HarvardUniversityPress.
- [2]Cutler, D.M., et al.(2006).Theroleofalternativehealthresourcesinelderlyhealthmanagement. JournalofHealthEconomics, 25(3), 483 - 506.
- [3]Johnson, R.(2020).Community-drivenstrategiesforpromotingseiorphysicalactivity: AcasestudyoftheUnitedStates. JournalofAgingStudies, 52, 101056.
- [4]Kim, Y., &Lee, S.(2021).Culturaladaptationandlow-intensityexerciseprogramsforelderlyinSouthKorea. InternationalJournalofEnvironmentalResearchandPublicHealth, 18(12), 6543.
- [5]Maslow, A.H.(1943).Atheoryofhumanmotivation. PsychologicalReview, 50(4), 370 - 396.Smith, A., et al.(2018).Multisectoralcollaborationinelderlysportsdevelopment: TheEuropeanexperience. JournalofAgingandPhysicalActivity, 26(2), 345 - 358.
- [6]Tanaka, H.(2019).The”newelderly” healthplanandcommunityintegrationinJapan. Geriatrics&GerontologyInternational, 19(3), 289 - 296.
- [7] 陈明. 中国老年健身活动的区域差异与实践挑战研究[J]. 体育科学, 2021, 39(5), 45 - 56.
- [8] 刘芳. 老年女性健身参与度影响因素研究[J]. 西安体育学院学报, 2022, 39(4), 489 - 495.