



陪伴是跨越焦虑的教育:一项来自家庭体育教养方式的研究证据

Companionship is an Education that Suppresses Anxiety: A Research Evidence from Family Sports Parenting Styles

王富百慧*

WANG Fubaihui*

摘要:基于中国教育追踪调查中的2014—2015学年追踪数据,运用中介效应模型分析家庭体育教养方式对子女体育参与程度的作用机制。研究发现,兴趣教育和应试教育均对子女体育参与具有显著的正向促进作用,但兴趣使然的驱动力强于应试。应试教育不能直接提升子女的体育参与程度,但可以通过增强亲子关系实现。不同角色分工模式下的亲子关系具有多重中介作用,在体育家庭教养过程中父亲的角色更为重要。家庭体育教育外包能否发挥积极作用,取决于子女的体育兴趣及紧密的亲子关系。亲子关系可以有效弥合弱势家庭环境对子女体育参与程度的不利影响。父母在陷入教养方式选择焦虑之前,应反思并正视家庭教育中的首要责任是陪伴。

关键词:青少年体育;家庭教养方式;亲子关系

Abstract: Based on the data from the 2014 to 2015 school year in the China Education Panel Survey, the mediating effect model was used to analyze the mechanism of family parenting styles on adolescent sports participation. It was found that both interest education and exam-oriented education had a significant positive effect on adolescent sports participation, but the driving force of interest was stronger than that of exam. Exam-oriented education could not directly improve adolescent sports participation, but it could be realized by strengthening the parent-child relationship. Parent-child relationships under different role division modes had multiple mediating roles, and the role of fathers was more important in family sports parenting. Whether outsourcing family sports education has a positive effect depends on adolescents' interest in sports and a strong parent-child relationship, the latter of which was effective in bridging the adverse impacts of disadvantaged family environments on adolescent sports participation. Parents should reflect on and face the fact that companionship is the primary responsibility in family education before falling into the anxiety of choosing parenting styles.

Keywords: adolescent sports; parenting styles; parent-child relationship

中图分类号:G80-05 **文献标识码:**A

基金项目:

国家体育总局体育科学研究所基本科研业务费资助项目(基本19-21)

*通信作者简介:

王富百慧(1983-),女,研究员,博士,主要研究方向为健康老龄化、青少年健康促进、公共政策与体育治理,E-mail:wangfubaihui@ciss.cn。

作者单位:

国家体育总局体育科学研究所,北京100061
China Institute of Sport Science, Beijing 100061, China.

中国社会经济发展、家庭结构转型、教育竞争持续加剧,诱发了家庭教养方式的新变化(田丰等,2019)。家庭结构的核心化客观上增加了父母对子女教育的关注和投入(田丰等,2018),精心栽培成为中国家庭的主流教养方式。近年来,关于父母们深陷竞争性育儿焦虑、家庭教育责任外包、如何才能赢在起跑线等新闻报道甚嚣尘上。学者们对上述问题的研究各抒己见,在家庭教养方式应何去何从的解释中,逐渐形成了两种观点:一种观点认为,教养方式的阶层差异已在城市家庭初见端倪(吴莹等,2016),中高收入家庭热衷于且有实力为子女教育投资,期待子女在学业上取得成功(李珊珊等,2021),教养方式已成为维持代际间阶层不滑坡或助推阶层向上流动的重要因素

(潘艺林等, 2022); 另一种观点认为, 中国家庭教养方式的变化主要表现在对资本占有上(洪岩璧等, 2014), 依然留有亲子陪伴普遍缺乏、专注学科教育忽略兴趣培养、指令性的单向互动等特点, 即便是对经济资本和文化资本有着绝对优势的中高收入家庭, 也更倾向于教育的经济资本投入, 文化资本投入相对有限(侯利明等, 2019)。

如何从家庭教养的焦虑中突围, 为成长重塑教育环境, 一直是全社会关注的重要议题。因此, 全面发展、健康成长、兴趣主导、减轻学业负担、缓解教育焦虑等素质教育的代名词以一种既熟悉又陌生的方式呈现于万千父母面前。熟悉在于它是西方主流教育思想的简单移植, 被包装为中产和富裕阶层的教养方式, 以健康快乐、分享合作为发展目标, 以理性协商为主要沟通方式, 以兴趣培养为主要教育方法(Gillies, 2005), 强调亲子关系并注重亲密度(Monna et al., 2008); 而陌生表现为中国父母对素质教育的认识并不清晰, 对中国教养环境能否培育真正的素质教育并不确定(王捷等, 2021), 甚至近年来在一些教育观察家对美国等国家严苛的精英教育和“拼财力”现象的阐释中, 开始出现一部分中国“精英”父母对素质教育不信任, 不再把少数人成功的案例当作放之四海而皆准的“科学规律”(程方平, 2021)。于是, 在熟悉与陌生之间, 父母们不得不加入教育内卷, 深陷学科教育和兴趣培养间的取舍焦虑, 在高强度工作压力中艰难寻求维持生计和亲子陪伴的平衡。校外培训的日渐成熟恰好成为父母让渡家庭教育主阵地的便利选择, 将学科教育和兴趣培养的责任外包, 试图通过教育投入替代父母本应承担的教养义务。

近年来, 体育科目纳入初高中学业水平考试范围成为教育内卷的新方向, 由于全国多地体育中考分值权重提高, 使得原本作为兴趣培养内容之一的体育运动, 兼具了学业成绩和兴趣培养的双重功能, 在部分家长眼中, 体育参与不再单纯为了提高子女身体素质和培养兴趣爱好, 而是更具功利性的考试加分项, 体育考试达标类培训班首先成为家长们的“优选”, 追加体育教育投入顺理成章。中国体育用品业联合会与尼尔森 IQ 发布的《2021 年大众健身行为和消费研究报告》调查数据显示, 67% 的家长认为体教融合等一系列政策的颁布会影响自己对孩子的体育培训投入, 76% 的家长认为有必要参加体育考试项目培训班。“为提升考试成绩或升学备考做准备”是家长选择体育培训课程动机中增幅最大的, 同比增长 16%, “体育中考提分”“体育中考冲刺”已成为吸引父母们体育教育投入的新营销手段。应试体育的新问题引发了全社会对家庭体育教育的新思考, 那么, 在培养终身体育习惯的早期, 兴趣教育和应试教育究竟孰优孰劣? 尽管存在体育并非传统意义上的学科教育的观点, 但家庭场域下体育教育的责任能否外包? 以及在此背景下, 不同家庭境遇中成长的孩子是否会遭遇体育参与上的不平等? 为

此, 本研究试图通过实证分析回答上述问题。

1 研究设计

1.1 数据来源

本研究使用了中国教育追踪调查(China Education Panel Survey, CEPS)中的 2014—2015 学年追踪调查数据。2014—2015 学年的追访数据是对 2013—2014 学年基线调查时的初中一年级学生的跟踪调查数据, 包含 301 个班级 9 920 个有效学生样本。该数据不仅包括学生的家庭情况、身心健康、体育参与等信息, 还包括学生与父母的互动信息, 能够有效地回应本研究的问题。在删除核心变量缺失的个案后, 本研究最终纳入个案 5 701 个。

1.2 变量设置

1.2.1 因变量: 体育参与

通过测度平均每天体育锻炼时间, 在 CEPS 2014—2015 学年追访数据中直接询问受访者通常每周参加体育锻炼的天数以及每天锻炼的时间。通过“每周锻炼天数×每天锻炼时间÷7”计算得到受访者平均每天进行体育锻炼时间, 并取自然对数。

1.2.2 自变量: 体育教养方式

本研究的自变量体育教养方式基于“体育兴趣-教育投资”的逻辑关系进行变量设计, 通过“你有哪些兴趣爱好?”和“最近一年来, 你参加了哪些兴趣班/课外辅导班?”2 个问题匹配生成。由于子女不具备独立经济能力, 参加何种兴趣班很大程度上取决于父母是否支持并出资, 因此, 在变量设计中将子女的兴趣爱好为体育且参加了体育兴趣班视为子女有兴趣并且父母乐于通过教育投入支持该兴趣, 定义为“兴趣教育”; 将子女的兴趣爱好不是体育但参加了体育兴趣班视为子女无兴趣但父母主观通过教育投入提升体育能力, 定义为“应试教育”, 无论兴趣爱好是否为体育, 子女均未参加体育兴趣班视为父母忽视体育教育投入, 定义为“忽视教育”。

1.2.3 中介变量: 亲子关系

亲子关系考察父母和子女间的亲密关系, 作为最早建立的人际关系, 父母对子女的教养方式和态度均在亲子关系中对子女身心发展产生直接影响(游文亭, 2022)。以往研究显示, 家庭阶层越高, 父母对子女身体活动的陪伴、支持和引导作用越强, 子女身体活动达到推荐量的可能性越大(王富百慧, 2019), 陪伴、支持和引导是家庭中积极的教养方式, 贯穿于学习、生活和日常活动的每个环节。因此, 本研究以父母在学习监督、生活照料和亲子活动 3 个方面的时间投入为操作化, 通过测量对子女教养的时间投入, 解释父母在家庭教育中的参与程度, 以评估子女发展的家庭支持环境。首先, 计算父亲和母亲在“照顾孩子日常生活起居”“辅导孩子功课和学习”“与孩子娱乐和玩耍”中所用的时间总和, 视为家庭中双亲在亲子关系

上的时间投入。其次,分别计算家庭中不同角色直接负责学习监督、生活照料、亲子活动的时间,通过比较分为父亲主导(父亲花费时间最长)、母亲主导(母亲花费时间最长)和长辈主导(长辈花费时间最长),视为不同分工模式下的亲子关系。本研究将在亲子关系中父母对子女付出更长时间的陪伴视为高质量陪伴。

1.2.4 控制变量

本研究包括家庭特征、父母特征、子女特征3个维度的变量。其中,家庭特征主要包括家庭结构和家庭阶层。家庭结构主要通过子女与父母的居住方式而非父母的婚姻状态进行测度,分别为双亲家庭(子女与父母双方共同居住)、单亲家庭(子女仅和父母一方共同居住)和双亲缺位家庭(父母双方均不与子女同住)。CEPS通过“您家里现在的经济条件如何?”测度家庭阶层,将“非常困难”或“比较困难”视为低收入家庭,将“中等”视为中等收入家庭,将“比较富裕”或“很富裕”视为高收入家庭。父母特征主要包括父母的受教育程度和职业类型。参考家庭结构进行划分,双亲家庭中选用父亲或母亲二人中受教育程度和职业地位较高的一方信息,单亲家庭中选用与孩子共同居住一方的教育和职业信息,双亲缺位家庭中选用子女填答的父母信息,处理方式与双亲家庭相同。子女特征包括性别、户籍、健康状况和是否为独生子女。

1.3 研究方法

本研究采用中介效应模型分析变量间因果关系的影响过程和作用机制。由于所用因变量和中介变量为连续变量,自变量为多分类变量,适用于Bootstrap方法。需要注意的是,在中介效应检验中放弃将总效应c显著作为检验中介效应的前提条件,以及基于直接效应c'显著性的完全和部分中介提法,直接根据ab的置信区间判断中介效应是否显著。在计算过程中,将自变量(体育教养方式)以选定的参照组(忽视教育)为参照点进行哑变量编码(得到2个哑变量),经由整体中介分析、相对中介分析、报告相对直接效应检验结果3个流程,分别考察兴趣教育和应试教育对于子女体育参与程度的中介路径。通过从样本中重复取样得到Bootstrap样本、系数乘积的估计值及置信区间,如果置信区间不包含0,则表示相对中介效应显著(方杰等,2017)。

具体计算过程如下:首先验证自变量X(体育教养方式)对因变量Y(体育参与)的影响;其次,分析变量M(亲子关系)是否在自变量X(体育教养方式)对因变量Y(体育参与)的影响过程中发挥中介机制(图1)——式(1)表示自变量X对因变量Y有因果影响;式(2)表示自变量X对中介变量M有因果影响;式(3)表示中介变量M对因变量Y有影响,建立起X→M→Y的因果机制,也表示在中介变量M之外,自变量X有可能独立影响因变量Y。c被称为自变量X对因变量Y的总效应,c'为自变量X对因变量Y的直

接效应,ab为自变量X通过中介变量M对因变量Y的间接效应,总效应等于直接效应与间接效应之和,即c=c'+ab。

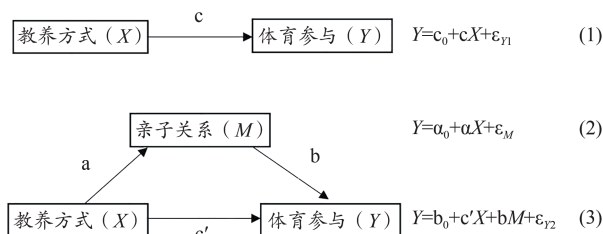


图1 中介效应模型

Figure 1. Mediating Effect Model

2 研究结果

2.1 不同体育教养方式对子女体育参与程度的影响

通过模型1(表1)验证体育教养方式与子女体育参与的关系。回归结果显示,在控制了子女特征、父母特征和家庭特征后,相比于忽视教育,采用兴趣教育家庭中的子女平均每天参加体育锻炼时间增加0.199个单位,应试教育家庭中的子女平均每天参加体育锻炼时间增加0.081个单位。两种教养方式均对子女体育参与具有显著的正向促进作用,表明父母重视体育且有教育投入时,子女每天参加体育锻炼的时间更长。相对而言,兴趣教育家庭中的子女体育参与程度更高。在模型2中验证了体育教养方式与亲子关系的关系,相比于忽视教育,兴趣教育家庭中亲子陪伴的时间更长,但在应试教育家庭中该关系不显著。

2.2 亲子关系在体育教养方式与子女体育参与之间的中介作用

在模型1的基础上,将亲子关系作为中介变量纳入模型3。控制子女特征、父母特征和家庭特征后,亲子关系对子女体育参与具有显著的促进作用,亲子时间每增加1个单位,子女平均每天参加体育锻炼时间增加0.044个单位。结合Bootstrap检验结果,直接效应置信区间为应试教育→体育参与[-0.013, 0.133]、兴趣教育→体育参与[0.079, 0.289],中介路径中的应试教育→亲子关系→体育参与的置信区间为[0.003, 0.016]、兴趣教育→亲子关系→体育参与的置信区间为[0.004, 0.028],总效应置信区间为应试教育→体育参与[0.021, 0.142]、兴趣教育→体育参与[0.094, 0.304]。上述置信区间中除应试教育→体育参与的直接效应外均不包含0,证明部分直接效应、间接效应和总效应显著(表2)。分析发现,通过应试教育方式并不能直接促进子女体育参与程度,但可以通过增强亲子关系实现目的。而兴趣教育则在提升子女体育参与程度中发挥直接效应,但在增强亲子关系的情况下,兴趣教育对子女体育参与的促进作用有所提升。可以认为,亲子关系在兴趣教育和应试教育这两种体育教养方式上均对子女体育参与过程发挥中介作用。

表 1 模型结果
Table 1 Model Results

变量	模型 1		模型 2		模型 3	
	β	SE	β	SE	β	SE
体育教养方式(参照=忽视教育)						
应试教育	0.081*	0.031	0.201	0.070	0.073*	0.031
兴趣教育	0.199***	0.054	0.337**	0.122	0.184**	0.054
亲子关系					0.044***	0.006
家庭结构(参照=双亲缺位家庭)						
双亲家庭	0.116	0.036	0.211*	0.082	0.125***	0.036
单亲家庭	0.074	0.049	0.200*	0.112	0.165*	0.029
家庭阶层(参照=高收入家庭)						
中等收入家庭	0.100	0.029	0.483	0.066	0.079**	0.029
低收入家庭	0.146	0.040	0.811***	0.091	0.111**	0.040
父母受教育程度(参照=初中及以下)						
高中	0.101	0.029	0.483	0.066	0.079	0.029
大专	0.129	0.037	0.461	0.036	0.337	0.021
本科	0.305	0.106	0.265	0.198	0.321**	0.110
研究生及以上	0.326***	0.055	0.309*	0.099	0.433***	0.095
父母职业类型(参照=农牧渔民)						
领导干部	0.612***	0.051	0.206***	0.117	0.603***	0.051
专业技术人员	0.329***	0.027	0.166**	0.061	0.321***	0.027
技术性工作人员	0.325	0.105	0.256	0.238	0.314**	0.104
一般办事人员	0.113	0.025	0.152	0.031	0.141	0.026
工人及个体工商户	0.021	0.040	0.047	0.092	0.023	0.040
其他	0.047	0.037	0.190*	0.085	0.039	0.037
性别(参照=女)	0.070**	0.024	-0.222***	0.055	0.080**	0.024
户口(参照=农村)	0.097*	0.028	0.023	0.064	0.069*	0.028
是否健康(参照=否)	0.136**	0.049	0.178	0.111	0.128**	0.048
是否独生(参照=否)	0.113***	0.027	0.539***	0.062	0.089**	0.027
截距	2.306	0.073	8.124***	0.166	1.950***	0.087
样本量		5 701		5 701		5 701
R ²		0.292		0.338		0.308

注: * $P < 0.1$, ** $P < 0.05$, *** $P < 0.01$; 下同。

表 2 中介效应检验结果

Table 2 Results of Mediating Effect Test

	Effect	Boot SE	Boot LLCI	Boot ULCI
直接效应 c'				
应试教育→体育参与	0.073	0.031	-0.013	0.133
兴趣教育→体育参与	0.184	0.054	0.079	0.289
间接效应 ab				
应试教育→时间投入 →体育参与	0.009	0.003	0.003	0.016
兴趣教育→时间投入 →体育参与	0.015	0.006	0.004	0.028
总效应 c				
应试教育→体育参与	0.081	0.031	0.021	0.142
兴趣教育→体育参与	0.199	0.054	0.094	0.304

注: 采用 Bootstrap 方法检验, 表中报告的 Effect 为效应大小, Boot SE 为标准误, Boot LLCI 为置信区间下限, Boot ULCI 为置信区间上限。若置信区间不包含 0, 则在 95% 的置信水平下认为效应显著, 表 3 同。

此外, 在不同家庭环境中, 体育教养方式对子女体育参与程度影响的中介路径也有所差异。首先, 高质量的亲子关系可以有效弥合家庭不良环境对子女体育参与程度的影响。例如, 相对于双亲缺位家庭, 单亲家庭的子女平均每天参加体育锻炼的时间增加 0.165 个单位, 甚至高于双亲家庭的影响程度。这意味着对于单亲家庭而言, 亲子关系所发挥的中介作用同样成立, 并且父亲或母亲的陪伴可以有效降低家庭解体对子女体育参与程度的影响。其次, 高质量的亲子关系可以有效缓解低收入家庭中体育教育投入不足对子女体育参与的影响。例如, 相对于高收入家庭, 中等收入家庭的子女平均每天参加体育锻炼的时间增加 0.079 个单位, 但低收入家庭的子女平均每天参加体育锻炼的时间增加 0.111 个单位。上述结果证明, 家庭财富并不是决定子女体育参与程度的唯一条件, 对于收入较低且无力投入更多体育教育支出的家庭

而言,与子女建立良好的亲子关系和高质量陪伴也是有效的体育教养方式之一。

2.3 不同家庭分工模式下亲子关系的多重中介作用

亲子关系在体育教养方式和子女体育参与之间发挥着中介作用,但对于分工模式各异的家庭而言,不同家庭角色主导下亲子关系所发挥作用的中介作用可能存在差异(图2)。本研究通过比较亲子关系时长,结合我国家庭抚养和教育的实际情况,划分为父亲主导、母亲主导和长辈主导3种角色分工,样本量占比分别为21.79%、49.87%和28.35%。结果显示,中国家庭中母亲在子女学习监督、生活照料和亲子活动中投入时间更多,母职教育是目前我国家庭教养的主流方式,其次是以长辈为主的隔代照料,而父亲在子女教养中投入时间相对较少。分析发现,在以母亲为主导的情况下,兴趣教育对子女体育参与程度影响的直接效应、间接效应和总效应显著,但应试教育的上述效应均不显著。在以父亲为主导的情况下,应试教育对子女体育参与影响的直接效应不显著,但通过亲子关系的中介作用显著且总效应显著。在长辈主导的情况下,应试教育对子女体育参与影响的直接效应不显著,但兴趣教育的直接效应显著,通过亲子关系的中介作用不显著,总效应也不显著。

通过考察多重中介路径发现,在不同角色分工模式

下的亲子关系具有多重中介作用,体育教养方式通过亲子关系影响子女体育参与的路径存在差异,主要呈现3种形式:在母职教养为主的家庭中,无论母亲与子女是否建立良好的互动关系,兴趣教育均有助于提高子女体育参与的程度。在父职教养为主的家庭中,两种体育教养方式能否发挥作用取决于亲子关系,在父子或父女之间建立良好的互动关系的情况下,应试教育也能提升子女体育参与程度。值得注意的是,在双亲陪伴缺位且主要依靠长辈的隔代照料家庭中不具有上述中介作用,无论长辈陪伴时间长短,隔代抚养对于提升子女体育参与的作用十分微弱(表3)。

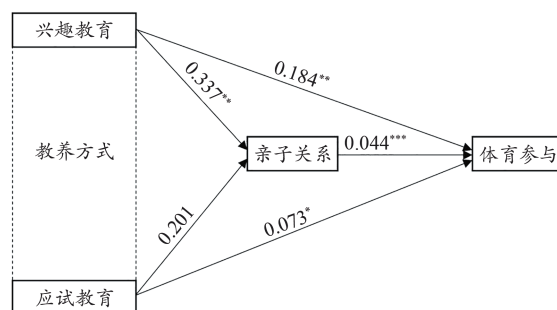


图2 中介路径示意图

Figure 2. Schematic Diagram of Mediating Path

注:图中数字为效应大小,均为双侧检验。

表3 不同家庭分工模式下的中介效应

Table 3 Mediating Effects under Different Household Division Modes

因变量:体育参与	母亲主导		父亲主导		长辈主导	
	效应	置信区间	效应	置信区间	效应	置信区间
直接效应c'	不显著/显著		不显著/显著		不显著/显著	
应试教育→体育参与	0.020	[-0.117,0.156]	0.097	[-0.011,0.204]	0.082	[-0.003,0.166]
兴趣教育→体育参与	0.375	[0.109,0.642]	0.086	[0.115,0.287]	0.171	[0.034,0.308]
间接效应ab	不显著/显著		显著		不显著	
应试教育→亲子关系→体育参与	0.004	[-0.017,0.007]	0.014	[0.003,0.029]	0.010	[-0.002,0.020]
兴趣教育→亲子关系→体育参与	0.002	[0.025,0.021]	0.022	[0.001,0.050]	0.013	[-0.000,0.030]
总效应c	不显著/显著		显著		不显著	
应试教育→体育参与	0.016	[-0.121,0.153]	0.111	[0.003,0.219]	0.091	[-0.006,0.176]
兴趣教育→体育参与	0.374	[0.106,0.641]	0.108	[0.094,0.310]	0.184	[-0.046,0.322]
样本量	2 843		1 616		1 242	

3 分析与讨论

当原本作为兴趣培养的体育附加应试功能后,“体育教育目的是什么”的话题变得更加有趣。在《教育的目的》一书中,阿弗烈·诺夫·怀特海批判向孩子灌输生硬的知识,反对没有火花令人呆滞的思想,指出教育最根本的目的是激发和引导他们自我发展之路。尽管这是对智力教育的经典论述,但用来理解体育教育的目的同样具有

启发性。兴趣培养是青少年体育教育中的永恒话题,兴趣使然的体育行为才具有终身性(王富百慧等,2018;袁广锋,2000),而任何以应试为目的的体育训练虽可以解决升学的燃眉之急却无法培养为一种习惯(熊文,2021;周凤等,2017)。于是,“兴趣导向”还是“考试导向”成为一种天然的对立关系,以升学通路为目的的应试体育被视为徒有提升体育能力的“表”,而真正具备其“里”的兴

趣培养却成为大多数父母们心之所向却不能至的“远方”，在“应该选择哪种教养方式”问题上陷入焦虑、争辩甚至期盼。正是基于这一现象引发了本研究最初提出的三点思考，并尝试通过实证研究去验证和解释。

本研究发现，兴趣教育和应试教育在提升子女体育参与程度上均能发挥作用。家庭中以支持并培养体育兴趣为目的的教育投入和以应试为目的的教育投入，均能实现提升子女体育参与程度的目标，但以兴趣培养为目的的教育投入却更为有效，兴趣使然的驱动力强于应试。尽管目前的数据结论不能直接证明兴趣教育发挥长期效用而应试教育只具备短期效用，但却可以佐证应试教育投入的回报低于兴趣教育，应试教育或许可以缓解体育考试的燃眉之急，但对于真正提升体育参与程度和培养终身体育习惯尚不及兴趣导向。培养并支持兴趣应成为家庭体育教养方式的首选，以兴趣为导向的体育教育投入或许才能实现兴趣培养和从容应试的一举两得。

那么，仅凭教育外包就能提升子女的体育参与程度吗？本研究认为，能否外包因人而异。在子女对体育有浓厚兴趣的情况下，教育外包可以发挥提升体育参与程度的作用，但如若子女对体育没有兴趣，父母主观试图以经济投入的方式外包体育教育也不意味着没有机会真正提升子女的体育参与热情，增强亲子关系和高质量陪伴可以成为继兴趣之外的第二驱动因素。这意味着，一方面，父母如想在今后体育教育过程中“脱身”，在子女成长初期着重培养体育兴趣或许是一种事半功倍的教育方式；另一方面，即便子女对体育没有兴趣，父母在日常生活和教育中投入更多时间和精力并建立紧密的亲子关系，同样可以借助应试达到提升子女体育参与积极性的效果。

只有在父母陪伴中子女的体育兴趣才能成为持久的内在兴趣，才可能在面临应试问题上依然保有坚定的内在动机。但这也引出了另一个关于家庭角色分工的问题——谁的陪伴更有效？母职教养是当前中国家庭的主流教养方式，隔代抚养是在母职无法实现之下的一种替代选择，而父亲在子女教养过程中参与程度最低。但本研究发现，在体育家庭教养过程中，父亲的角色反而更为重要。因为在不同角色分工的家庭中，兴趣教育是直接促进子女体育参与程度提升的教养方式，尽管应试教育并不具有上述直接促进的效果，但却在父亲有更多时间陪伴子女时发挥作用，而这一作用是母职教养和隔代抚养家庭中所不具备的。或许可以解释为父亲的作用是让体育变得有趣，有趣才能真正激发和培养子女的兴趣，而这也正是在适当年龄外包体育教育的基础。

除此之外，每每谈及家庭陪伴式教育，最可能被提及的另一个困境便是职场压力使得父母在养家与教子之间陷入时间窘迫，无论是哪个社会阶层都面临相似的问题，

甚至有研究发现，低收入家庭的亲子陪伴更是一种奢望（朱安新等，2019）。于是，人们开始关注不同家庭境遇中成长的孩子如何实现体育参与中的机会平等。本研究发现，无论家庭结构是否完整、家庭收入是否充裕、家庭分工是否合理，建立紧密的亲子关系可以有效弥合家庭不利环境对子女体育参与程度的影响，即便处于单亲、贫困等弱势成长环境，父母的关切陪伴和精力投入是维系子女体育参与热情的驱动力，是缓解因家庭境遇诱发的子女体育参与不平等的关键要素。然而，隔代抚养不能替代双亲的教育责任，即便增加代际间的亲密互动或教育上的经济投入，也难以在家庭体育教养中呈现预期的效果。

长期以来，兴趣导向还是应试导向反复出现在中国父母的教育观念中，使得部分家长对教养方式的选择如同钟摆，这不仅存在于体育教育，也是中国家庭教育面临的共同困境。在以体育教养方式为案例的研究中发现，无论是兴趣使然还是应试强制，二者原本并不矛盾，恰恰是家庭教养环节出了问题才让二者成为对立。父母们应首先反思的不是教养方式选择问题，而是在家庭教育中应该付出什么、承担什么、扮演什么角色的问题，归根结底是教养责任的问题。父母的责任不是逼迫升学和“取悦”成绩，而是在激发和引导子女自我发展路程中的持久陪伴，这是建立一切兴趣的基础，其次才是教育的物质投入和方向选择，为兴趣进阶和内化习惯提供保障。当前，面向考试而展开的应试教育成功激发了父母在体育教育上的投入热情，或许它可以在短期内提升体育能力取得分数，但这种能力的养成受限于考试目标的阶段性和强制性，缺乏对考试后乃至终身体育习惯的主动性。事实上，包括体育在内的教育内卷带来的学业负担和升学焦虑已经引发全社会对于教育短视化和功利化的严肃讨论，成为驱动家庭教养方式转变的“破”，而《中华人民共和国家庭教育促进法》《关于进一步减轻义务教育阶段学生作业负担和校外培训负担的意见》《关于深化体教融合促进青少年健康发展的意见》等法律和政策已然成为助推回归教育规律的“立”，正在为父母们突围功利困境、重塑家庭教养责任提供心之所向也能至的“诗和远方”。

4 结论

1) 兴趣教育和应试教育均对子女体育参与具有显著的正向促进作用，但兴趣使然的驱动力强于应试。亲子关系在上述两种体育教养方式上均对子女体育参与过程发挥中介作用。

2) 通过应试教育方式并不能直接促进子女体育参与程度，但可以通过增强亲子关系实现。不同角色分工模式下的亲子关系具有多重中介作用，在体育家庭教养过程中父亲的角色更为重要。

(下转第 69 页)

- TANISAWA K, WANG G, SETO J, et al., 2020. Sport and exercise genomics: The FIMS 2019 consensus statement update [J]. *Br J Sports Med*, 54(16): 969-975.
- TAYLOR-TOLBERT N S, DENGEL D R, BROWN M D, et al., 2000. Ambulatory blood pressure after acute exercise in older men with essential hypertension[J]. *Am J Hypertens*, 13(1): 44-51.
- TIMMONS J A, KNUDSEN S, RANKINEN T, et al., 2010. Using molecular classification to predict gains in maximal aerobic capacity following endurance exercise training in humans[J]. *J Appl Physiol*, 108(6): 1487-1496.
- TRAPÉ Á A, RODRIGUES J A L, FERREZIN L P, et al., 2021. NOS3 polymorphisms can influence the effect of multicomponent training on blood pressure, nitrite concentration and physical fitness in prehypertensive and hypertensive older adult women [J]. *Front Physiol*, doi: 10.3389/fphys.2021.566023.
- VINA J, SANCHIS-GOMAR F, MARTINEZ-BELLO V, et al., 2012. Exercise acts as a drug: The pharmacological benefits of exercise[J]. *Br J Pharmacol*, 167(1): 1-12.
- VOISIN S, EYNON N, YAN X, et al., 2015. Exercise training and DNA methylation in humans[J]. *Acta Physiol (Oxf)*, 213(1): 39-59.
- WEI L Y, 1979. Scientific advance in acupuncture [J]. *Am J Chin Med*, 7(1): 53-75.
- YAN J, WANG A, CAO J, et al., 2020. Apelin/APJ system: An emerging therapeutic target for respiratory diseases [J]. *Cell Mol Life Sci*, 77(15): 2919-2930.

(收稿日期:2022-10-28; 修订日期:2023-09-18; 编辑:尹航)

(上接第54页)

3)家庭体育教育外包能否发挥作用,取决于子女的体育兴趣和紧密的亲子关系。建立紧密的亲子关系,可以有效弥合弱势家庭环境对子女体育参与程度的影响。

4)父母在陷入教养方式选择焦虑之前,应首先反思并正视家庭教育中的首要责任是在激发和引导子女自我发展路程中的陪伴。

参考文献:

- 程方平, 2021. 应该重视对“教育失败”的研究: 关于突破“精英教育”局限的思考[J]. *教育与教学研究*, 35(7): 7-18.
- 方杰, 温忠麟, 张敏强, 2017. 类别变量的中介效应分析[J]. *心理科学*, 40(2): 471-477.
- 洪岩璧, 赵延东, 2014. 从资本到惯习: 中国城市家庭教育模式的阶层分化[J]. *社会学研究*, 29(4): 73-93, 243.
- 侯利明, 雷鸣, 2019. 社会资本与教育获得: 基于亲子互动模式的潜在类别分析[J]. *西安交通大学学报(社会科学版)*, 39(4): 114-125.
- 李珊珊, 文军, 2021. “密集型育儿”: 当代家庭教养方式的转型实践及其反思[J]. *国家教育行政学院学报*, (3): 48-57.
- 潘艺林, 吴春燕, 刘金典, 2022. 教育代际传递与社会分层: 来自中国综合社会调查的经验证据[J]. *中国经济问题*, (2): 88-104.
- 田丰, 静永超, 2018. 家庭阶层地位、社会资本与青少年学业表现[J]. *复旦学报(社会科学版)*, 60(6): 190-200.
- 田丰, 梁丹妮, 2019. 中国城市家庭文化资本培养策略及阶层差

异[J]. *青年研究*, (5): 1-11, 94.

- 王富百慧, 2019. 家庭资本与教养方式: 青少年身体活动的家庭阶层差异[J]. *体育科学*, 38(3): 48-57.
- 王富百慧, 王梅, 2018. 动机与兴趣: 社会环境与城市青少年身体活动之间的中介因素研究[J]. *中国青年研究*, (5): 76-83, 67.
- 王捷, Ilan Katz, 岳经纶, 2021. 素质教育政策、新自由主义与影子教育在中国的兴起[J]. *中国青年研究*, (7): 110-119.
- 吴莹, 张艳宁, 2016. “玩耍”中的阶层区隔: 城市不同阶层父母的家庭教育观念[J]. *民族教育研究*, 27(5): 61-68.
- 熊文, 2021. 新时期体育中高考改革取向的审思[J]. *体育学刊*, 28(2): 13-20.
- 游文亭, 2022. 《民法典》第1073条(亲子关系认定制度)评注[J]. *法治研究*, (6): 57-68.
- 袁广锋, 2000. 终身体育动机、兴趣、习惯和能力的培养[J]. *体育学刊*, (3): 56-58.
- 周凰, 古雅辉, 刘昕, 2017. 中考改革背景下学校体育发展的热效应与冷思考[J]. *北京体育大学学报*, 40(7): 68-75.
- 朱安新, 曹蕊, 2019. 当前中国家庭的亲子关系: 城乡和阶层差异模式[J]. *贵州社会科学*, (7): 75-86.
- GILLIES V, 2005. Raising the “meritocracy”: Parenting and the individualization of social class[J]. *Sociol*, 39(5): 845-838.
- MONNA B, GAUTHIER A H, 2008. A review of the literature on the social and economic determinants of parental time[J]. *J Fam Econ Iss*, 29(4): 634-653.

(收稿日期:2023-01-30; 修订日期:2023-09-11; 编辑:尹航)