

基于深度休闲理论的风景园林实验路径探究

Exploration of Experimental Pathways in Landscape Architecture Based on Serious Leisure Theory

赵奕楠 林广思*

ZHAO Yinan, LIN Guangsi*

摘要

随着休闲在现代生活中的地位提升,“深度休闲”成为理解高质量休闲的关键概念。以深度休闲理论为核心,将其引入风景园林这一潜在应用领域,对相关文献进行系统分析和回顾,重点讨论了深度休闲的内涵、测量方法、影响机制,并从个体、活动、环境三个层面,系统阐述了深度休闲形成的影响因素、效益(包括心流体验、幸福感和场所依恋等)和主客观阻碍,发现现有研究对环境客观阻碍关注仍显不足,揭示了深度休闲与游憩空间之间的互动机制。研究表明:深度休闲具有可量化的心理结构和连续谱特征,其形成与效益源于个体特质、活动属性与空间环境三者的互动。深度休闲可作为连接空间特征与心理效应的中介变量,为构建“空间-活动-心理”的实验研究路径提供依据。

Abstract

As leisure gains prominence in modern life, 'serious leisure' has emerged as a key concept for understanding high-quality leisure. Grounded in serious leisure theory, this study systematically reviews its potential application in landscape architecture. It examines the concept's connotations, measurement methods, and mechanisms of influence, analyzing antecedents, benefits (e.g., flow, well-being, place attachment), and constraints across individual, activity, and environmental dimensions. Findings indicate a notable gap in research on objective environmental barriers. The review reveals that serious leisure exhibits a quantifiable psychological structure and continuum characteristics, and its formation and outcomes arise from interactions among individual traits, activity attributes, and the spatial environment. Serious leisure can serve as a mediating variable linking spatial features to psychological effects, thereby providing a foundation for constructing a 'space-activity-psychology' experimental research framework.

文章亮点

1) 引入深度休闲理论作为分析框架,构建“空间-活动-心理”逻辑链条,拓展了风景园林研究对高质量休闲体验作用机制的理论解释路径。2) 将 SLIM 量表引入风景园林研究,梳理深度休闲特质与空间可供性、设施支持和场所认同之间的对应关系,为体验导向的风景园林设计实验提供可操作的测量工具。3) 通过文献综述明确风景园林的独特学科价值,提出将深度休闲作为连接空间特征与心理效应的中介变量,为后续风景园林实验研究与场所营造策略提供理论依据与研究路径参考。

关键词

深度休闲; SLIM 量表; 场所依恋; 可供性; 风景园林实验; 体验导向

Keywords

Serious leisure; SLIM scale; Place attachment; Affordance; Landscape experiment; Experience-oriented

收稿日期: 2025-07-11

修回日期: 2025-09-07

随着信息时代的到来, 社会时间结构面临从劳动时间“轴心化”到“劳动-休闲时间”结构“两轮化”的转变^[1], 休闲在现代生活中日益重要。同时, 人们休闲的方式也发生了改变, 热衷于如看电视、逛街等强调短暂性、大众化、被动式的活动^[2]。这些活动虽让人获得短暂的快乐, 却易让人感到空虚与无聊。因此, 学者们开始反思休闲的价值, 认为休闲不仅是一种“消遣”, 也可以帮助个体实现更完满的心理状态。在此背景下, Robert Stebbins 提出“深度休闲” (serious leisure) 概念, 为理解休闲体验提供了新的视角。深度休闲体现了活动参与者在休闲活动中认真对待并付出努力的状态。在我国, 深度休闲活动已成为普遍的社会现象^[3], 如许多人热衷于登山、摄影等活动, 并因此发现自己的人生乐趣。

目前, 关于深度休闲的研究多集中于旅游及心理学科, 对空间环境的作用关注较少。然而, 风景园林是研究休闲活动空间的重要学科, 也是连接环境特征和心理体验的关键中介领域。其研究对象涵盖从城市绿地到自然游憩地的多层次环境, 这些场所为深度休闲研究提供了可操作的空间载体。相较于心理学的个体视角和旅游学的活动视角, 风景园林更强调空间形态、可供性和行为模式之间的互动关系^[4-5], 能揭示空间如何塑造休闲活动的深度。此外, 近年来关于体验导向设计的研究也表明, 风景园林可通过空间布局、植被结构和可达性设计, 激发个体的沉浸体验与意义构建过程^[6-7], 为深度休闲理论提供实践验证的场所。

本文将深度休闲作为理论核心, 以风景园林作为实验的依托场景, 基于“空间-活动-心理”的实验测量和设计路径, 探讨空间环境如何影响活动体验与心理效应。本文梳理了深度休闲的内涵、测量方法、影响因素等, 旨在为风景园林设计实验提供理论支撑与测量指导, 推动体验导向的设计转变。

1 深度休闲的内涵与特征

1.1 深度休闲的核心概念和要素

根据 Robert Stebbins 于 1982 年

提出的概念, 深度休闲指休闲者系统地参与业余爱好、嗜好或志愿活动, 并在活动中获得乐趣与充实感^[8]。休闲者将这些活动视为事业般重要, 同时在活动中习得或展现出特殊的技巧、知识^[8]。简单来说, 深度休闲是一种追求深层的满足感的活动, 而非短暂的欢愉, 需投入大量的持续的努力。这一概念提出后, 得到学界关注, 因为一般休闲学者认为休闲只是免除工作和必要活动, 而该概念认为休闲也可以是“专注”的。

深度休闲概念在数十年的时间里创建和发展, 并通过深度休闲视角 (serious leisure perspective, SLP) 的理论框架加以系统化。Robert Stebbins 将深度休闲分为 6 个特质、10 种效益和 5 种成本^[8], 为实证研究提供框架。2007 年, 他进一步将深度休闲、随兴休闲 (casual leisure)、项目型休闲 (project-based leisure) 3 种休闲形式进行整合, 构建完整的休闲活动结构^{[9]51-74}。这一框架涵盖了三类休闲形式的具体分类与核心特征 (图 1)^[10-11], 对于风景园林而言, 其为“如何理解游憩空间中的深层体验”提供理论基础, 并为实验测量提供依据。

1.2 深度休闲的特质

Robert Stebbins 在 1992 年最早系统性地定义了深度休闲活动中的 6 个特质, 即坚持不懈 (need to persevere)、生涯性 (career)、个人努力 (personal effort)、持续性收益 (durable benefits)、次文化 (unique ethos) 和强烈的认同 (identify strongly)^{[12]6-8}。也有学者对这些特质进行了更深入的探讨, 提出了人格一致性和效能感 2 个新的特质^[13]。此外, 有学者持不同的见解, 如 Sheng-Hshiong Tsaor 等认为深度休闲是一种个人特性^[14]。以上观点均说明深度休闲是一种内驱的深度体验。其中, Robert Stebbins 提出的 6 个特质被最为广泛地认可并最常用于界定、测量深度休闲活动, 具体含义为:

1) 坚持不懈。这是深度休闲的显著特征。Robert Stebbins 指出, 参与者容易遇到疲惫、焦躁、胆怯等情况, 而克服这些因素需长期毅力。

2) 生涯性。参与者将该活动视为事业, 在从事自己的活动中经历转折点、突发事件、成就等不同阶段^{[9]51-74}。学者们研究生涯性时, 提取了社交、成就感、健身、技能发展等因素^[15]。

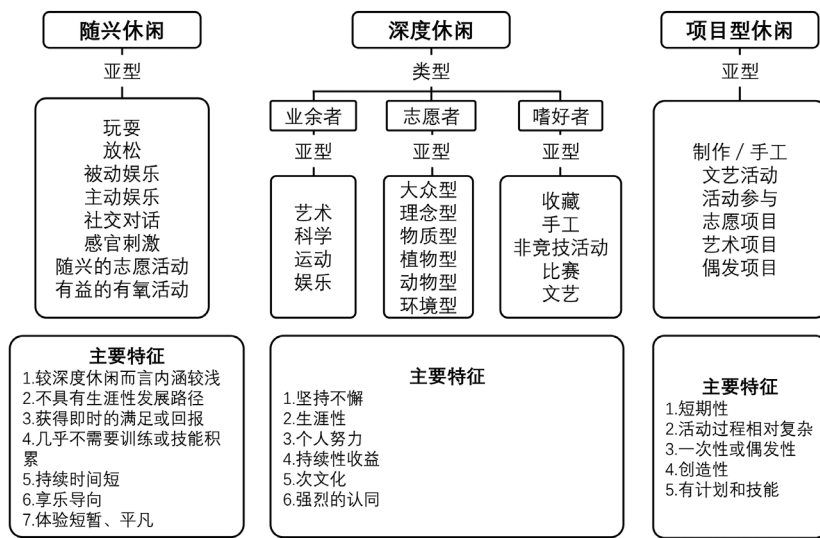


图 1 深度休闲视角的关键概念概况

Fig.1 Overview of the key concepts of the serious leisure perspective

3) 个人努力。深度休闲活动参与者投入大量时间和精力,以掌握技艺、储备知识并积累经验,并将其视为自我挑战。

4) 持续性收益。个体在付出努力的同时能够获得持久回报,包括个人收益和社会收益^{[12][108]}。收益是参与者坚持的最大动力。

5) 次文化。参与同类深度休闲活动的人会有不同于主流文化的思维方式、价值判断和情绪体验,这种现象被称为次文化。由于深度休闲活动参与者认同次文化,次文化也成为团体身份的象征。

6) 强烈的认同。深度休闲活动的参与者通常对自己所从事的活动有着强烈的认同感,并热衷于与他人讨论^{[12]7}。Gad Yair 研究发现,认同感和奖励在预测运动员的训练水平时是最重要的2个因素^[16]。

这些特质为风景园林领域评估休闲体验提供测量维度,有助于探究场所和体验之间的关联,从而建立深度休闲特质和空间的对应关系,为实验设计提供依据。例如“坚持不懈”可对应场地的挑战性设施,“次文化”可对应场地的社群活动节点,“生涯性”可对应场地对不同水平休闲者的设施包容性。

1.3 休闲活动种类的划分

1993年,Stan Parker等对30位澳大利亚人的休闲活动展开研究,发现人们投入的精力程度不尽相同,并将休闲活动划分为深度、中等和随性3种类型^[17]。Robert Stebbins根据人们参与休闲活动的频率和付出的努力程度,将其分为随兴休闲、深度休闲,以及项目型休闲。这一分类体系更加全面地反映了人们在休闲生活中的不同状态和需求^{[9]37-53}(图2)。随兴休闲指玩耍、消遣类的活动如闲逛^[8],参与者在活动中获取短暂的快乐与享受,且基本不需要专业的技能与努力。项目型休闲是一种短期的、适度复杂的、一次性的、偶尔在空闲时间进行的创造性活动^[18]。它需要计划和努力,有时还需要技能或知识,如参加运动会。深度休闲与以上2种形式的区别在于,参与者通过持续参

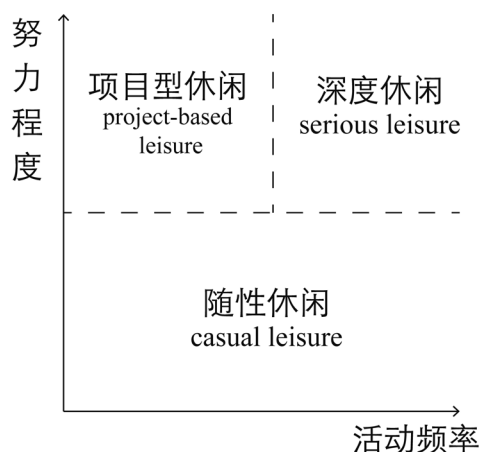


图2 休闲活动种类的划分

Fig.2 Classification of leisure activity types

与,在努力的基础上不断得到自我提升,从而获得持久的效益,并形成了某种独特的气质,进而得到此活动圈子(social world)的认同^[19]。

尽管上述分类体系较为全面,但越来越多的研究指出,仅靠静态分类难以符合实际,学者对深度休闲的认识转向连续谱(continuum)视角。Xiangyou Sharon Shen和Careen Yarnal提出了“休闲体验特征”理论框架(Leisure Experience Characteristic Dimensions),并指出深度或随兴体验之间没有明确的界限,几乎任何休闲活动都存在深度休闲或随兴休闲参与者^[20]。Inge Derom和Marijke Taks在体育赛事参与者中验证了这种体验谱系,并指出分类边界并不绝对^[21]。A. J. Veal提出以休闲经验视角(Leisure Experience Perspective, LEP)替代深度休闲视角的离散分类,呼吁将休闲活动视为一个连续的现象,使得深度休闲研究包容更多的活动种类^[22]。这一连续性视角对风景园林研究有重要意义:1) 拓宽研究对象。深度休闲活动不局限于某些活动种类(如登山、攀岩),且因人而异、因时而异^[3]。其应普遍存在于大众化的日常游憩中,如城市公园中的日常活动、摄影等。但目前研究对活动种类存在“偏见”,缺乏对于更为大众的活动类型研究。2) 测量上应关注深度休闲“程度”而非“是否”。在建立定量化的指标体系时,可通过问卷、行为数据、生理指标等建立连续变量而非分类变量。

2 深度休闲的测量

2.1 深度休闲的测量方法

深度休闲的测量方式可分为定性和定量2种。在定量研究中,量表法是目前研究中最具代表性的方法。James Gould等在2008年以Robert Stebbins于1991年和2001年所提出的文献为依据,形成了72题的深度休闲量表(72 Item Serious Leisure Inventory and Measure, SLIM)^[23],之后又编制了54个项目和18个项目的版本^[24],18个项目的量表已在多项研究中使用并得到验证^[24-26]。在实际应用中,为提高操作性和跨情境适用性,部分研究者提炼出4~6个核心问题来测量深度休闲程度^[25,27]。其中,6项简化量表(表1)的应用更为广泛,这种分维度进行测量的方法已在幸福感、城市绿地休闲等研究中得到验证^[28],也适用于风景园林设计实验,可提高现场数据采集的依从性,聚焦于研究目的。

定性研究主要有深度访谈、民族志等方法。如Jayne Raisborough对一个团体进行了3年民族志研究,并通过滚雪球取样对此群体及相关群体进行访谈获得定性数据,揭示个体参与动机和群体文化形成的社会过程^[29]。定性研究有助于解释量表测量中难以捕捉的复杂因素,为风景园林实验设计提供行为和文化层面的解释。

2.2 深度休闲特质与游憩空间的环境支持机制关联

尽管SLIM量表适用于测量深度休闲程度,但它缺乏对客观环境因素的考量。对于风景园林领域而言,个体的深度休闲体验建立在客观环境的基础之上。因此,有必要建立深

度休闲的特质与游憩空间客观环境之间的对应关系。

近年来的跨学科研究将深度休闲的特质和空间相关联,为风景园林的实验和设计提供理论基础。首先,“坚持不懈”“个人努力”“生涯性”依赖于环境挑战性和设施支持度。Mohamed Hesham Khalil 等在环境可供性的研究中,将坡度、路径连通度等指标用于预测身体活动的刺激与维持^[5];Jongsoon Kim 等对将游泳作为深度休闲活动的人群进行研究,发现在疫情期间设施使用受限的框架下,游泳者形成了特有的深度休闲活动适应机制^[30]。其次,空间作为社群活动场所,对“认同感”“次文化”至关重要,这些特征与游憩空间的聚集节点、视线连通性、地标等相关联。Mahsa Bazrafshan 等在城市公园的跨文化研究中发现,地方元素(地标、文化元素)和长期社群互动是增强认同感和场所依恋的关键^[6]。最后,深度休闲活动也会反作用于空间。Jean-Marc Adjizian 等研究展示了深度休闲活动如何能够生成场所和文化^[31]。

综上,测量研究可将 SLIM 量表的各维度映射到可观测的空间变量(如坡度、设施密度、可达性),揭示空间特征和个体心理之间的作用机制。在实验中,深度休闲不仅可作为连接环境和心理效应的中介变量,还能揭示人们在不同空间中为何表现出不同的投入水平,从而为风景园林实验提供更合理的行为解释。

3 深度休闲活动的影响因素、效益与阻碍

3.1 影响深度休闲形成的影响因素

深度休闲由多类前因变量共同决定,可分为个体因素、活动因素和客观环境因素。

3.1.1 个体因素

个体因素包括人格特质、动机类型等主观因素,也包括时间、经济资源等。这些变量决定了个体是否具备进入并维持“认真”休闲状态的内在条件。研究显示,外向性、开放性、较强的自我效能以及高动机水平与深度参与呈正

相关^[32]。此外,个体的时间可用性、经济能力与家庭角色等资源条件,在深度休闲形成的早期阶段起到筛选作用,决定个体能否长期维持参与。在实验设计中,个体变量常作为控制变量或分组因素。

3.1.2 活动因素

活动因素主要包括挑战性、技能成长和社会互动。具有以上特征的活动,更能够促进深度休闲活动的形成^[29]。在风景园林领域,活动因素可被操作化为:任务复杂度、学习曲线、是否存在阶段化目标、是否有固定的社群或圈层。在实验中,这类变量可通过任务设计(如设置不同难度的活动)或活动说明(如是否提供长期学习计划)加以操控,以检验其对 SLIM 量表各维度的影响。

3.1.3 客观环境因素

环境可供性理论为解释空间如何支持或阻碍深度休闲提供了强有力的框架。环境可供性强调个体能力与环境特征匹配是行为发生的前提^[33]。游憩空间中坡度、路径复杂度、设施密度、节点可达性、私密/开放性等变量,影响了空间是否能为特定活动提供适切的行为机会。此外,具有美感、恢复性的良好场所条件会影响个体活动参与和投入程度。Shuting Mai 等研究发现,具有包容性、开放性和群体荣誉感的城市公共空间促进了年长女性的日常休闲活动和社会互动,使其获得归属感^[34]。因此,环境因素在风景园林实验中既可作为自变量,又可作为调节变量。

3.2 深度休闲活动的效益

深度休闲的效益基本可以分为个人效益和社会效益。Robert Stebbins 将深度休闲的效益划分为 10 种,包括个人效益(自我充实、自我实现、自我表现、形象提升、自我满足、个人重建、金钱回馈)及社会效益(社会吸引、团体成就、团体发展及维系)^{[9][41]}。后学者们在研究中验证了这些效益,如 Junhyoung Kim 发现,深度休闲能提升自我形象,提供自我表现的机会,从而改进社会联系,促进个人的成长与幸福^[35]。Wayne F. Major 等的研究证实,深度休闲活动提供了分享成就和经验的机会,从而有助于形成相互认同的小团体^[36]。

其他学者也对深度休闲的效益进行了补充。在个人效益上,主要集中于 2 个层面:一是当下的感知体验,如 John H. Kerr 等研究发现,网球运动明显减少了爱好者的消极情绪与压力^[37];Jinmoo Heo 等研究发现,深度休闲活动能给老年人带来心流体验^[27]。二是后续的精神状态,如 Lu-Luan Pi 等通过对志愿服务活动的研究,验证了深度休闲能提升主观幸福感^[38];Jinmoo Heo 等证实了深度休闲对身心健康具有积极影响^[39];Han Jang Heon 等探索了人格特质对深度休闲活动主观幸福感和行为意向的影响,发现高外向性、乐于体验和热情友好的参与者具有更高的生活满意度和更积极的情感,即主观幸福感,也表现出高水平的行为意向(behavioral intention)^[40]。深度休闲与幸福感的关系是研究的热点,有不少学者证明了深度休闲能促进主观幸福感^[35,39,41],他们提出的效益与幸福感(主观、心理和社会幸

表 1 深度休闲简化量表

Tab.1 Serious leisure simplified scale

深度休闲特质	问题
坚持不懈	我通过坚持不懈克服了在这项活动中遇到的困难
个人努力	我努力使自己更擅长这项活动
生涯性	我觉得我在这项活动中取得了进步
	我在这项活动生涯中经历过转折点
次文化	和我一起参与这项活动的朋友与我有许多共同的想法
认同感	了解我的人都知道,这项活动对我不可或缺

注:此量表的6个维度中,持续性收益(Benefits, 12个相关问题)没有必要反映“认真”程度的差异(variation in levels of 'seriousness'),而应反映持续性结果的差异(variation in the durable outcomes)^[23]。

幸福感)的维度相对应(图3)。同时,深度休闲与意向性活动(Intentional Activity)的概念高度重合,后者是人主动参与并且付出努力的活动,被学者认为是提升幸福感最有希望和效果的手段^[41]。但与深度休闲和更深层次的幸福感(心理和社会幸福感)直接相关的研究较少,学者们多研究主观幸福感与深度休闲的关系,这与主观幸福感提出较早,发展较为成熟有关。深度休闲可能对社会幸福感有双向作用,因为深度休闲有助于特定休闲圈的社会幸福感,如次文化的形成和团体成就,但也可能因受到大众误解^[42]而不利于更大范围的社会幸福感。

在社会效益上,除了人与人之间的良好效益外,深度休闲有助于形成良好的人地关系,即场所依恋,这一部分可直接作为风景园林的设计验证指标。场所依恋包括个体对场所功能上的依恋,即场所依赖(place dependence),以及个人对场所精神上的认同,即场所认同(place identity)。目前,学界大多认同深度休闲可以促进场所认同,从而影响场所依恋:汤澍等研究了深度休闲和场所依恋之间的关系,认为深度休闲对于场所认同的影响作用要明显高于对

场所依赖的作用^[43];梁英文^[44]、曹凯丽^[45]等通过实证研究得出了同样的观点。这说明深度休闲活动的休闲者对于场所更多的是情感上的认同^[44],其原因可能在于“随着活动技能的提高,更不易受到环境的限制,而是去寻找更多适合的活动场所而非专注于特定的场所”^[43]。

3.3 深度休闲活动的阻碍

3.3.1 主观阻碍

个人内在的情绪等主观因素可能成为深度休闲的阻碍。Robert Stebbins 将深度休闲活动的成本总结为失望、不喜欢和紧张^{[12]93}。Karen L. Siegenthaler 研究发现,成人过度关注比赛输赢会使儿童失去兴趣和成就感,从而阻碍深度休闲的发展^[46]。此外,家庭、社会等外部主观因素也可能成为阻碍。亲友的不理解^{[12]98}、家庭冲突^[47]、社会人际阻碍^[2,48-50]都可能成为深度休闲的外部阻碍;被社会大众误解而感到的被边缘化也可能成为阻碍^[44,51]。

部分主观阻碍可通过空间的设计予以消减。如通过植入自然元素(水体、树木等)提升场地的恢复性以缓解疲惫;通过设计包容性更强的场所(如同时满足单人 and 多人的活动场地)

满足不同需求,减少深度休闲者被边缘化的感受;通过边界缓冲设计减少外部干扰。

3.3.2 客观阻碍

目前研究多关注休闲者个人的客观因素,包括对个人资源(如时间、金钱)的显著消耗^[51-54],身体伤害^[36],休闲者自身的性别、阶层、年龄^[53]等。而关于环境要素对深度休闲的影响的研究较少。有研究表明,场地的可达性、可进入性、休闲器材、安全性、活动与环境保护需求冲突等可能成为休闲阻碍^[53-54]。

客观阻碍的研究集中于个人因素,缺少对客观环境的因素的研究。其中环境要素限制是风景园林的核心干预方向,可通过提升环境的活动可供性、可达性等,协助休闲者克服结构性障碍。

4 结论

在信息化和后工业社会的背景下,休闲逐渐成为现代人生活的重要组成部分,意义也逐渐从消遣转向自我实现。本文以深度休闲理论为核心,将风景园林视为实验性研究场所,构建“人-活动-环境”的分析框架。深度休闲理论揭示了休闲活动中个体投入、学习和成长的心理机制,为理解现代人的精神需求和空间行为提供了新的理论框架。本文从风景园林的视角出发,系统梳理了深度休闲的内涵特征、测量方法及影响机制,并探讨其在空间实验和设计研究中的应用路径,结论如下:

1) 深度休闲具有可量化的心理结构。其6个特质能较为全面地衡量个体在休闲活动中的深度休闲程度,SLIM 量表是可行性较高的测量工具。且在种类划分上,深度休闲呈现出连续谱特征。

2) 深度休闲的产生与效益取决于人、活动、环境的相互作用。个体特质与动机是深度休闲的内驱力,活动的挑战与社群性提供持续投入的条件,而环境则决定行为的实现和维持。研究显示,良好的空间环境可增强个体的控制感和自我效能,从而促进持久参与和幸福感^[35,37,41];同时,空间可强

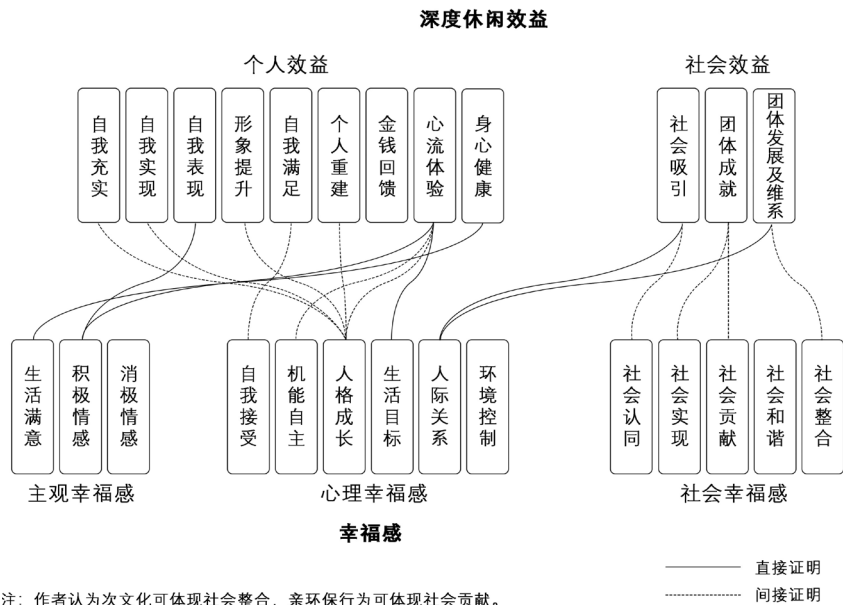


图3 深度休闲的效益与幸福感关系

Fig.3 The relationship between the benefits of serious leisure and well-being

化社会幸福感和场所依恋^[49]。因此,深度休闲的形成与效益是个体、活动、环境三者之间持续互动的结果,这为风景园林中的体验测度与设计干预提供了解释路径。

3) 风景园林实验可引入深度休闲框架。将深度休闲作为连接空间特征和心理效应的中介变量,可揭示环境特征对个体体验的作用机制。在风景园林实验中,可结合SLIM量表测量、空间特征以及行为观察,探索环境变量如何激发个体的持续投入与情感认同,从而获得更完满的心理状态,推动风景园林向体验导向转变。

综上,深度休闲研究为风景园林提供了理解“空间-活动-心理”关系的新视角。未来研究可将SLIM量表和空间行为数据以及生理指标结合,更精确地捕捉深度休闲体验。此外,可通过虚拟现实场景的搭建控制环境变量,验证环境对深度休闲的影响机制。最后,应探索如何将深度休闲理论转化为场所营造策略,如通过设计支持技能成长、打造社群活动的空间,提升公共绿地的社会价值。

注:图片均由作者自绘。

参考文献:

- [1] 王雅林. 信息化与文明休闲时代[J]. 学习与探索, 2000 (6): 74-79.
- [2] 王苏, 龙江智. 深度休闲: 概念内涵、研究现状及展望[J]. 北京第二外国语学院学报, 2011, 33 (1): 1-9.
- [3] 刘松, 楼嘉军. 深度休闲: 国外文献述评与研究启示[J]. 旅游学刊, 2019, 34 (2): 137-146.
- [4] LIN B B, ANDERSSON E. A transdisciplinary framework to unlock the potential benefits of green spaces for urban communities under changing contexts[J]. Bioscience, 2023, 73 (3): 196-205.
- [5] KHALIL M H. Environmental affordance for physical activity, neurosustainability, and brain health: Quantifying the built environment's ability to sustain BDNF release by reaching metabolic equivalents (METs)[J]. Brain Sciences, 2024, 14 (11): 1133.
- [6] BAZRAFASHAN M, MIKAEILI T, BAUER N, et al. Place attachment through interaction with urban parks: A cross-cultural study[J]. Urban Forestry & Urban Greening, 2021, 61: 127103.
- [7] BERTO R. Exposure to restorative environments helps restore attentional capacity[J]. Journal of Environmental Psychology, 2005, 25 (3): 249-259.
- [8] STEBINS R A. Serious leisure: A conceptual statement[J]. Pacific Sociological Review, 1982, 25 (2): 251-272.
- [9] STEBINS R A. Serious leisure: A perspective for our time[M]. New Brunswick: Transaction Publishers, 2007: 37-74.
- [10] VEAL A J. The serious leisure perspective and the experience of leisure[M]//Contemporary Issues in Leisure Sciences. London: Routledge, 2019: 36-54.
- [11] STEBINS R A. The serious leisure perspective: A synthesis[M]. Cham: Springer Nature, 2020: 13-40.
- [12] STEBINS R A. Amateurs, professionals, and serious leisure[M]. Montreal: McGill-Queen's Press-MQUP, 1992: 6-8, 93, 98, 108.
- [13] MUNUSTURLAR M, ARGAN M. Development of the serious and casual leisure measure[J]. World leisure journal, 2016, 58 (2): 124-141.
- [14] TSAUR S-H, LIANG Y-W. Serious leisure and recreation specialization[J]. Leisure Sciences, 2008, 30 (4): 325-341.
- [15] HASTINGS D W, KURTH S B, SCHLODER M, et al. Reasons for participating in a serious leisure career: Comparison of Canadian and US masters swimmers[J]. International Review for the Sociology of Sport, 1995, 30 (1): 101-119.
- [16] YAIR G. The commitments to long distance running and levels of activity: Personal or structural? [J]. Journal of Leisure Research, 1990, 22 (3): 213-227.
- [17] PARKER S, HAMILTON-SMITH E, DAVIDSON P. Serious and other leisure: Thirty Australians[J]. World Leisure & Recreation, 1993, 35 (1): 14-18.
- [18] STEBINS R A. Project - based leisure: theoretical neglect of a common use of free time[J]. Leisure Studies, 2005, 24 (1): 1-11.
- [19] STEBINS R A. Right leisure: Serious, casual, or project-based? [J]. NeuroRehabilitation, 2008, 23 (4): 335-341.
- [20] SHEN X S, YARNAL C. Blowing open the serious leisure-casual leisure dichotomy: what's in there? [J]. Leisure Sciences, 2010, 32 (2): 162-179.
- [21] DEROM I, TAKS M. Participants' experiences in two types of sporting events: A quest for evidence of the SL-CL continuum[J]. Journal of Leisure Research, 2011, 43 (3): 383-402.
- [22] VEAL A J. The serious leisure perspective and the experience of leisure[J]. Leisure Sciences, 2017, 39 (3): 205-223.
- [23] GOULD J, MOORE D, MCGUIRE F, et al. Development of the serious leisure inventory and measure[J]. Journal of Leisure Research, 2008, 40 (1): 47-68.
- [24] GOULD J, MOORE D, KARLIN N J, et al. Measuring serious leisure in chess: Model confirmation and method bias[J]. Leisure Sciences, 2011, 33 (4): 332-340.
- [25] DOLL J, STIGGER M P, DE OLIVEIRA S N, et al. Serious leisure inventory: transcultural adaptation and evidence to validate the Serious Leisure Inventory and Measure (SLIM)[J]. Movimento, 2018, 24 (4): 1139-1154.
- [26] CHENG E, STEBINS R, PACKER J. Serious leisure among older gardeners in Australia[J]. Leisure Studies, 2017, 36 (4): 505-518.
- [27] HEO J, LEE Y, MCCORMICK B P, et al. Daily experience of serious leisure, flow and subjective well-being of older adults[J]. Leisure Studies, 2010, 29 (2): 207-225.
- [28] LEE K, GOULD J, HSU H-Y. Thickening serious leisure: A review of studies that employed the Serious Leisure Inventory and Measure (SLIM) between 2008 and 2019[J]. Leisure Studies, 2023, 42 (2): 296-313.
- [29] RAISBOROUGH J. Getting onboard: women, access and serious leisure[J]. The Sociological Review, 2006, 54 (2): 242-262.
- [30] KIM J, OH S, YEON B. Leisure constraint negotiation strategies among serious leisure participants in swimming: Experiences of facility use restriction due to COVID-19[J]. Sustainability, 2022, 14 (6): 3583.
- [31] ADJIZIAN J, ROULT R, KARLIS G. Can leisure become a place generator? Exploring the idea through Stebbins' s serious leisure perspective[J]. International Journal of Sociology of Leisure, 2020, 3 (3): 267-289.
- [32] LIU H. Personality, leisure satisfaction, and subjective well-being of serious leisure participants[J]. Social Behavior and

Personality: an international journal, 2014, 42 (7) : 1117-1125.

[33]KYTTA M, BROBERG A, KAHILA-TANI M, et al. Urban environments and children's active lifestyles: conceptualizing affordances in environmental design[J]. Landscape and Urban Planning, 2020, 197: 103762.

[34]MAI S, HAO X. Older women's identity reconstruction in leisure spaces: a case of Guangzhou, China[J]. Leisure Studies, 2020, 39 (3) : 417-432.

[35]KIM J, HEO J, LEE I H, et al. Predicting personal growth and happiness by using serious leisure model[J]. Social Indicators Research, 2015, 122 (1) : 147-157.

[36]MAJOR W F. The benefits and costs of serious running[J]. World Leisure Journal, 2001, 43 (2) : 12-25.

[37]KERR J H, FUJIYAMA H, CAMPANO J. Emotion and stress in serious and hedonistic leisure sport activities[J]. Journal of Leisure Research, 2002, 34 (3) : 272-289.

[38]PI L-L, LIN Y-H, CHEN C-Y, et al. Serious leisure, motivation to volunteer and subjective well-being of volunteers in recreational events[J]. Social indicators research, 2014, 119 (3) : 1485-1494.

[39]HEO J, STEBINS R A, KIM J, et al. Serious leisure, life satisfaction, and health of older adults[J]. Leisure Sciences, 2013, 35 (1) : 16-32.

[40]HAN J H. The effects of personality traits on subjective well-being and behavioral intention associated with serious leisure experiences[J]. The Journal of Asian Finance, Economics and Business, 2020, 7 (5) : 167-176.

[41]LYUBOMIRSKY S, SHELDON K M, SCHKADE D. Pursuing happiness: The architecture of sustainable change[J]. Review of general psychology, 2005, 9 (2) : 111-131.

[42]ANDERSON L, TAYLOR J D. Standing out while fitting in: Serious leisure identities and aligning actions among skydivers and gun collectors[J]. Journal of Contemporary Ethnography, 2010, 39 (1) : 34-59.

[43] 汤澍, 汤淞, 陈玲玲. 深度休闲、游憩专门化与地方依恋的关系研究——以紫金山登山游憩者为例[J]. 生态经济, 2014, 30 (12): 96-103.

[44] 梁英文, 曹胜雄. 认真性休闲与场所依恋的关系: 游憩专门化扮演的角色[J]. 户外游憩研究, 2007, 20 (3) : 1-24.

[45] 曹凯丽. 岳麓山骑行爱好者深度休闲、地方依恋与幸福感关系研究[D]. 长沙: 中南林业科技大学, 2019.

[46]SIEGENTHALER K L, GONZALEZ G L. Youth sports as serious leisure: A critique[J]. Journal of sport and social issues, 1997, 21 (3) : 298-314.

[47]GOFF S J, FICK D S, OPPLIGER R A. The moderating effect of spouse support on the relation between serious leisure and spouses' perceived leisure-family conflict[J]. Journal of Leisure Research, 1997, 29 (1) : 47-60.

[48]GIBSON H, WILLMING C, HOLDNAK A. "We're Gators... not just Gator fans" : Serious leisure and University of Florida football[J]. Journal of Leisure Research, 2002, 34 (4) : 397-425.

[49]GILLESPIE D L, LEFFLER A, LERNER E. If it weren't for my hobby, I'd have a life: dog sports, serious leisure, and boundary negotiations[J]. Leisure Studies, 2002, 21 (3-4) : 285-304.

[50]MISENER K, DOHERTY A, HAMM-KERWIN S. Learning from the experiences of older adult volunteers in sport: A serious leisure perspective[J]. Journal of Leisure Research, 2010, 42 (2) :

267-289.

[51]BALDWIN C K, NORRIS P A. Exploring the dimensions of serious leisure: "Love me—love my dog !" [J]. Journal of Leisure Research, 1999, 31 (1) : 1-17.

[52]STALP M C. Negotiating time and space for serious leisure: Quilting in the modern US home[J]. Journal of Leisure Research, 2006, 38 (1) : 104-132.

[53] 李秋云, 韩国圣. 大学生休闲阻碍因素的阻力分析——基于休闲参与度视角[J]. 北京第二外国语学院学报, 2011, 33 (11) : 75-80.

[54]RAHIKAINEN K. Climbing as a lifestyle sport and serious leisure in China[J]. Leisure/Loisir, 2020, 44 (2) : 175-197.

作者简介:

赵奕楠/1996年生/女/江苏苏州人/硕士/苏州大学建筑学院(苏州215123)/实验员/研究方向为风景园林规划设计及其理论

林广思(*通信作者)/1977年生/男/广东信宜人/博士/华南理工大学建筑学院、华南理工大学亚热带建筑与城市科学全国重点实验室、广州市景观建筑重点实验室(广州510641)/教授/研究方向为风景园林规划设计及其理论/E-mail: asilin@126.com