

应用 Rodgers 演化概念分析法界定大学生运动身份认同

杜霞 王雨 陈涵 苗玉洁

聊城职业技术学院

摘要:目的: 界定大学生运动身份认同的概念, 为后续相关研究提供理论参考。方法: 系统检索万方数据库、中国知网、维普、Web of Science、Sci-Hub 等数据库, 收集以大学生运动身份认同为主的相关文献, 检索时限以建库至 2026 年 01 月, 语种限定为中、英文。根据纳入与排除标准筛选文献, 并采用 Rodgers 演化概念分析法进行分析。结果: 共纳入 37 篇文献。大学生运动身份认同不仅仅是“喜欢运动”, 而是包含自我定义与标签化、行为模式的承诺与一致性、情感与价值投入、社会认可与角色互动、认知与优先级等五个多层次特征; 前置因素包括个人因素、社会因素、行为与体验因素; 后置影响包括积极影响及消极影响(潜在挑战)。结论: 大学生运动身份认同是指个体在参与体育锻炼的过程中形成的自我认知和自我评价, 反映了个体对体育锻炼的认同程度和情感投入。在界定大学生运动身份认同概念时, 应全面考虑我国高等教育发展现状、体育教育政策导向、青年群体身心健康需求以及校园体育文化生态等因素, 以期最终形成具有时代特征与本土适应性的定义。

关键词: 大学生; 体育运动; 运动身份认同; Rodgers 演化概念分析法

DOI: 10.65976/3105-4838.2026.03.021

在公众印象中, 大学生应有充足的时间进行体育锻炼, 然而相关数据显示, 相较于中学生, 大学生体质反而呈下降趋势。有学者指出, “脆皮大学生”一词反映出当前大学生群体的现实处境。某高校公开数据显示, 2022 年本科毕业生共 4238 人, 其中仅 2688 人体测合格, 合格率为 64.96%。这一现象揭示了大学生体育锻炼不足、运动习惯薄弱等深层问题^[1]。数字化时代背景下, 大学生体育参与面临新的复杂挑战。一方面, 自媒体和网络娱乐的兴起使“宅文化”在校园蔓延^[2]。部分大学生沉迷网络游戏和虚拟社交, 久坐不动、作息紊乱现象普遍, 不仅造成身体素质下降, 还削弱了他们对体育文化价值的内在认同。另一方面, 全球化带来的多元文化碰撞, 使部分大学生对本土体育文化价值产生认知模糊^[3], 文化认同危机逐渐显现。

上述现象共同指向一个核心问题: 当代大学生尚未形成稳定、积极的运动身份认同——即个体对“运动者”角色的自我定义、价值内化及行为实践的统一认知。在全民健身战略背景下, 如何促进大学生积极参与体育锻炼、提升身心健康, 成为值得关注的重要课题。由于不同学者对大学生运动身份认同理解存在差异, 该概念尚未统一, 概念混用的问题日益凸显。

Rodgers 演化概念分析法认为概念会随时间推移不断发展, 注重捕捉概念动态性变化, 适用于含义模糊的概念进行有效分析和属性澄清^[4]。大学生运动身份认同是一个多维概念, 其内涵随研究深入而不断演

化。本研究以 Rodgers 演化概念分析法为指导, 系统归纳总结大学生运动身份认同的概念内涵, 以期对相关研究、本土化测评工具开发及促进大学生积极参与体育运动提供参考。

一、资料与方法

(一) 文献检索方法

以“大学生”“运动身份认同”“锻炼身份认同”“文化认同”为中文检索词, 检索中国知网、万方数据服务平台、维普网; 以“exercise identity”“sport identity”“physical activity”“college”“student”“university”为英文检索词, 检索 Sci-Hub、Web of Science 数据库, 将检索时间限定为建库至 2025 年 9 月。

(二) 文献纳入及排除标准

纳入标准: 以大学生运动身份认同为主要研究内容; 涉及定义属性、概念、相关词或替代词、前置因素与后置影响、测评工具和典型案例等中的一项或几项内容; 发表语言为中文和英文。文献排除标准: 重复发表文献、会议论文、内容不完整或无法获取全文的文献。最终, 共获取 376 篇, 经过阅读标题及摘要初筛、全文筛选, 最终纳入 37 篇文献, 包括 28 篇中文文献, 9 篇外文文献, 符合 Rodgers 演化概念分析文献数量的要求。

(三) 文献分析

以 Rodgers 概念分析法为框架, 包括确定感兴趣的概念; 确定并选择适当的领域收集数据、识别相关

概念及用法、确定概念属性、确定前因和后果；确定典型范例；提出进一步发展的假设和含义等步骤。具体实施步骤见表1^[5]。

二、概念分析

(一) 大学生运动身份认同概念的起源和演化

大学生运动身份认同一直是众多学者关注的话题，目前为止，对大学生运动身份认同的解释具有代表性的理论是身份认同理论、社会认同理论、自我决定理论^[6]。

身份认同是将自己定位于特定社会角色，并对该角色相关含义的内化过程进行深化^[7]。Anderson等人将这一理论应用于运动领域。运动身份认同不仅赋予了过去的运动行为的内在意义，而且能够指导未来的行为^[8]。这一概念被定义为个体将运动视为自身组成部分的程度，与其运动行为密切相关，具体体现在运动频率、运动努力程度以及运动承诺等方面^[9-10]。

社会认同理论强调的是个体在社会情境中通过认同某一群体来获得自我观念和意义。换言之，运动身份认同程度较高的个体能够准确理解锻炼者“身份标签”的内涵，更容易形成对运动群体的认同感和归属感。人们通常会积极追求并努力维护积极的社会认同，以增强自身的自尊心^[6]。

自我决定理论认为内部动机是高自我决定的动机，它反映的是个体出于享受或者感兴趣的目的来参加活动。同时，内在动机除了会影响锻炼行为之外，其自身也会受到锻炼身份认同的影响，高运动认同感的个体参与体育锻炼的动机是自我认可的，个体运动认同感的变化与内在动机的变化呈正相关^[11]。

关于运动身份认同的定义，国外研究者通常将其视为个体对于参加体育运动自我认同感，这种认同不仅基于身体活动本身，还包括与之相关的社会与文化因素。

国内学者对大学生运动身份认同的研究主要集中在以下几个方面。一方面是维度的研究。董宝林在《大学生体育锻炼认同量表》的编制过程中，将大学生运

动身份认同归纳为能力认同、角色认同和行为认同三个维度^[12]。另一方面，学者对影响大学生运动身份认同的影响因素进行了深入分析，主要包括个人因素、社会因素、心理因素等。马汪洋的调查发现，教练关系以及家庭支持、同伴支持等维度在大学生运动身份认同中具有中介作用^[13]。还有就是行为关联研究，董宝林等相关分析发现，大学生运动身份认同得分越高，其运动行为频率与强度也越高^[12]。

大学生运动身份认同这一概念越来越多的被纳入到体育行为的研究框架。例如，Lazzara等指出，运动身份认同是预测个体锻炼持续性的关键心理因素之一。国内学者也对大学生锻炼习惯及其心理机制展开探讨，普遍高运动身份认同者更有可能采取更加频繁和持续的锻炼行为。

随着研究不断深入，大量实证研究证明了学生运动行为与其身份认同之间存在显著关系，通过问卷调查和数据分析，研究者发现积极参与体育运动的大学生往往更容易形成积极的身份认同。与此同时，国外研究者还关注了不同文化背景下，大学生运动身份认同的多样性和差异性，探讨文化因素对运动行为的影响。

(二) 大学生身份认同的概念属性

属性是指某一概念在特定学科领域内区别于其他相近概念的特征、要素或构成部分，可由生理、心理或社会症状、时间、个体特征或相关过程等组成，试图揭示概念的本质内涵^[4]。综合文献分析及梳理，归纳出大学生运动身份认同的五个核心属性。

1. 自我定义与标签化

大学生在内心中将自己定义为“一个运动的人”“跑者”“篮球爱好者”或“运动员”等。这个标签能提高学生的内部动力，督促学生进行体育运动。

2. 行为模式的承诺与一致性

在获得身份标签后，学生还会通过持续、规律的运动行为来践行并维持该身份，即使是在面临时间冲突、疲劳等障碍的情况下也不会轻易中断。

表1 Rodgers 演化分析法的实施步骤

实施步骤	内容	本研究对应的内容
步骤一	确定并命名感兴趣的概念	大学生运动身份认同的概念(演化)
步骤二	数据收集, 确定样本	系统检索, 筛选相关文献
步骤三	确定属性特征	大学生运动身份认同的属性特征
步骤四	分析前因和后果	大学生运动身份认同的先决条件和后果
步骤五	区分相关概念	区分大学生运动身份认同的相近概念
步骤六	为目标概念确定典型案例	典型案例的确定和分析
步骤七	为概念的进一步发展提出假设和启示	为概念的进一步发展提出假设和启示

3. 情感与价值投入

大学生对运动抱有积极的情感,如愉悦感、满足感、归属感等,并赋予其高度的个人价值和社会价值,例如“运动让我健康、自律、有魅力”。

4. 社会认可与角色互动

运动身份会得到队友、教练、朋友及家庭成员的确认和认可。同时个体围绕该身份展开社会互动,比如加入体育社团、参与赛事讨论、寻找运动伙伴等。

5. 认知与优先级

运动身份在个体的多重身份中占据重要地位,会影响其时间管理、决策和目标设定。比如优先选择去健身房而非玩游戏等。

(三) 大学生运动身份认同的前置因素

前置因素是一个概念形成的背景或原因,即促成“大学生运动身份认同”建构和发展的主要条件和因素,包括以下几点。

1. 个人因素

国内外学者发现,早期运动经历在运动身份认同中起到重要的作用。童年与青少年时期的积极运动体验、家庭运动氛围及父母的支持^[14],均能提升大学生的运动身份认同感。同时,运动身份认同与人格特质有关,高开放性、高自我效能感的个体更容易形成和维持健康行为认同。内在动机(如享受、挑战)比外在动机(如取悦他人、获奖)更能预测持久性的身份认同^[15]。严标宾等研究发现,内在动机反映了个体对兴趣与愉悦的心理需求,能驱动更强的自主性行为,使行为更易维持^[16-18]。

2. 社会因素

学者在归因身份认同时发现,外界支持性元素对学习意向和投入状态具有导向作用^[19],社会支持满足了大学生的锻炼需求,为其提供建立自信、维持自尊、肯定自我的渠道,使其愿意沉浸于锻炼活动以获得意义感和自我价值感^[20]。社会因素主要包括群体归属与团队成员身份,如加入运动队、体育社团或线上社群,获得群体归属感和共同身份等。以及制度与文化环境,如大学的体育设施、体育课程质量、校园体育文化如品牌赛事、运动明星表彰等。

3. 行为与心理因素

长期、规律的运动参与是身份形成的基础。没有行为,认同便是空洞的。同时积极的身心体验在运动获得的流畅感、能力提升感、压力释放和身体形象改善等正向反馈。

(四) 大学生运动身份认同的后置影响

后置影响指概念在实际情况下使用导致的事件或

后果^[21],主要包括积极影响和消极影响^[22]。

1. 积极影响

大学生运动身份认同感直接影响大学生参加运动的强度、运动时长及频率。具体包括行为的坚持、心理效益的提升、社会资本的拓展以及健康成本的收益。

行为坚持,这一点是预测长期坚持运动行为的最强心理变量之一,个体为了维持自我一致性,会主动克服障碍坚持运动。时间和精力投入较高者,总伴随着充沛的精力和饱满的效能感^[23]。

心理效益方面来说,大学生运动身份认同感越高,会带来更高的主观幸福感、生活满意度、自尊和韧性,降低焦虑和抑郁风险^[24]。

大学生积极参加体育锻炼能拓展社交网络,获得社会支持,增强社会适应能力。还有健康成果,直接导向更好的身体健康状况和更健康的生活方式选择,如饮食、睡眠等。

2. 消极影响

大学生运动身份认同在带来积极影响的同时,也会给大学生带来消极影响,或者说是潜在的影响。

角色冲突与过度投入对于高水平大学生运动员,强烈的“运动员身份”易与其“学生身份”发生冲突,进而加重学业负担。若发展至极端情况,可能出现运动成瘾或导致对其他重要生活角色的忽视。

身份丧失危机当因伤病、毕业、淘汰等原因无法再从事运动时,可能面临严重的身份危机和心理困扰,这种风险在身份过于单一和强烈时的情况下尤为突出。

(五) 相关概念鉴别

大学生运动身份认同与下列概念存在一定程度的交叉与近似,研究过程中须加以仔细辨析,以避免混用。

大学生运动身份认同与锻炼身份认同。锻炼身份认同更侧重于为健康、体型管理等目的而进行规律锻炼的认同。锻炼身份认同与大学生运动身份认同的共同点是两者均关注体育运动的参与度、参与时长、参与频率。但锻炼身份认同忽略了不同文化背景下,大学生运动身份认同的多样性和差异性。

大学生运动身份认同与运动员身份认同。运动员身份认同通常指在竞争性体育环境中,个体对自己“运动员”角色的认同程度,常见于体育生或校队运动员。二者的不同之处在于前者更多的体现了普通在校大学生的体育运动活动,后者特指在具有较高竞技水平的学生。

(六) 典型案例

在确定大学生运动身份认同的定义属性后,通过文献检索确定了典型案例,如王某某,小学时曾参加

乒乓球培训班,初中因学业压力暂停训练。进入大学后,时间充裕,重新开始打球。运动过程中,身体状况逐步改善,既往过敏性鼻炎痊愈,同时结识了更多球友,这些朋友在其实习与工作期间提供了许多帮助,该案例符合大学生运动身份认同的概念。早期运动经历提供了基础,运动过程中享受内在动力,坚持持久,身体健康改善,社交网络拓展,获得社会支持。

(七)概念的演化与发展趋势

1. 从单一到多元

早期的研究主要关注运动员身份认同,且视其为相对单一的维度^[25]。现在的研究更倾向于将其视为一个多维的、层级性的结构,普通大学生的“锻炼者身份”也成为重要研究对象^[26]。

2. 从静态到动态

研究视角由将运动身份认同视为一个固定的特质,转变为将其看作一个动态的、可塑的建构过程,关注其如何形成、维持、强化或削弱。

3. 从个体到社会文化

越来越强调社会生态模型,关注微观(同伴、家庭)、中观(学校、俱乐部)、宏观(体育文化、媒体)系统对身份建构的交互影响。

4. 测量工具的演进

从最早的运动员身份认同量表(AIMS),发展到李梦龙等人修订的运动认同量表(Exercise Identity Scale, EIS)^[27]来测量大学生运动身份认同水平,以及针对特定运动项目的身份量表,测量精度和适用性不断提高。

三、小结

明确大学生运动身份认同的概念内涵,对于学生理解自身运动动机、维持长期运动习惯、充分发挥运动的积极效应并规避其潜在风险,均具有重要价值。本研究采用Rodgers演化概念分析法,系统梳理了大学生运动身份认同的核心属性、前置因素、可能后果及相关概念边界,并辅以典型案例加以阐释,以期深化对其内在本质的理论认识,为提升大学生体育锻炼参与度提供学理依据。

当前,尽管我国政策层面日益重视激励大学生投身体育锻炼,但围绕运动身份认同的实证研究仍显薄弱。后续研究宜紧密结合青年群体身心健康发展需求与校园体育文化生态特征,探索为不同特质大学生制定差异化、适配性的运动参与方案,切实调动其锻炼主动性。此外,一线教师应在教学实践中注重引导学生自主规划运动安排,为其提供思路参照与方法支持,而非仅停留于外部要求层面。

参考文献:

- [1] 黄启维,罗恒锋.“脆皮大学生”的群像特征、成因分析及引导策略[J].北京青年研究,2025,34(03):46-51.
- [2] 吴晓晖.“宅文化”的本土化及其传播研究[D].呼和浩特:内蒙古大学,2020.
- [3] 尹恩熙,潘佳妮.多元文化冲击下民族传统体育进校园的现实困境与路径的研究[C]//中国体育科学学会.第十四届全国体育科学大会学术成果汇编——墙报交流(武术与民族传统体育分会).宁夏大学,2025:101-103.
- [4] 孙海超,路丰源,张熙雅,等.老年人跌倒警觉度的概念分析[J].护理学杂志,2025,40(13):66-70+114.
- [5] 王艺宝,何兴月,杨辉.应用Rodgers演化概念分析法界定护理职业韧性[J].护理研究,2025,39(04):529-533.
- [6] 陈龙.大学生锻炼身份认同与锻炼行为的关系:锻炼意向与锻炼计划的链式中介作用[D].扬州:扬州大学,2025.
- [7] Stets JE, Burke PJ. Identity theory and social identity theory. *Social Psychology Quarterly*, 2000: 224-237.
- [8] 任怡霖,李宛霖,朱风书.大学生运动身份认同对运动行为的影响:有调节的中介模型[J].中国临床心理学杂志,2024,32(02):463-468+415.
- [9] Verkooyen KT, de Bruijn GJ. Exercise self-identity: Interactions with social comparison and exercise behaviour. *Psychology, Health & Medicine*, 2013, 18(4): 490-499.
- [10] Lu FJ, Hsu EY, Wang JM, et al. Exercisers' identities and exercise dependence: The mediating effect of exercise commitment. *Perceptual and Motor Skills*, 2012, 115(2): 618-631.
- [11] 李宛霖,朱风书.大学生锻炼身份认同与锻炼行为的关系:内在动机的中介作用[C]//中国体育科学学会.第十三届全国体育科学大会论文摘要集——墙报交流(运动心理分会)(二).扬州大学体育学院,2023:196-198.
- [12] 董宝林.我国大学生体育锻炼投入:测量、前因与后效[J].天津体育学院学报,2017,32(02):176-184.
- [13] Rodgers B L. Concepts, analysis and the development of nursing knowledge: the evolutionary cycle[J]. *J Adv Nurs*, 1989, 14(4): 330-335.
- [14] 马汪洋.青少年足球运动员内部参与动机对于心理幸福感的影响——教练关系、家庭支持与同伴支持的中介作用[C]//中国体育科学学会.第五届

- 全民健身科学大会论文摘要集——专题报告(三).北京体育大学中国足球运动学院,2024:514-515.
- [15] 周意萍,陈静,王进.大学生自我增强心理倾向对体育锻炼的促进效应:基于内部动机的激励[J].北京体育大学学报,2022,45(11):47-58.
- [16] DECI EL,EGHRARI H,PATRICK BC,et al.Facilitating internalization:The self-determination theory perspective[J].Journal of Personality,1994,62(1):119-142.
- [17] 孟亮.基于自我决定理论的任务设计与个体的内在动机:认知神经科学视角的实证研究[D].杭州:浙江大学,2016.
- [18] 严标宾,郑雪,邱林.自我决定理论对积极心理学研究的贡献[J].自然辩证法通讯,2003(03):94-99.
- [19] KATARIA A,GARG P,RASTOGI R.Does psychological climate augment OCBs The mediating role of work engagement[J].The Psychologist-Manager Journal,2013,16(4):217-242.
- [20] SAKS A M.Antecedents and consequences of employee engagement[J].Journal of Managerial Psychology,2006,21(7):600-619.
- [21] 李加敏,李学靖,杨丹,等.低价值护理的概念分析及研究现状[J].中华护理杂志,2022,57(17):2171-2176.
- [22] KAHN W A.Psychological conditions of personal engagement and disengagement at work[J].Academy of Management Journal,1990,33(4):692-724.
- [23] MASLACH C,LEITER M P.The truth about burnout:How organizations cause personal stress and what to do about it[M].California:Jossey-Bass Inc.,1997:43.
- [24] 董宝林,张欢.女大学生性别角色冲突对锻炼投入的影响[J].天津体育学院学报,2016,31(01):82-87.
- [25] 尹碧昌,欧汉镇,杨珂.学生与运动员:体教融合背景下我国高校高水平运动员身份认同研究[J].体育科学,2024,44(03):12-20.
- [26] 李宛霖.大学生锻炼身份认同与锻炼行为的关系:锻炼自我效能及内部动机的作用[D].扬州:扬州大学,2024.
- [27] 李梦龙,杨姣,任玉嘉.中文版锻炼认同量表测评大学生样本的信度与效度.中国临床心理学杂志,2019,27(01):63-66.