

技職院校學生休閒活動參與狀況之相關研究

洪惟泉 陳語婕

休閒事業管理系講師

景文技術學院體育室講師

摘 要

本研究之目的，在於瞭解技職院校學生參與休閒活動的狀況以及差異情形。以自編「技職院校學生休閒活動參與狀況問卷」為研究工具來進行資料收集。以北部及南部八所技職院校學生為受試對象，發放問卷 900 份，有效回收問卷為 725 份，有效回收率為 80.6%。資料處理以 SPSS for windows 統計軟體作變項間之描述性統計、卡方檢定。結果發現：一、本研究受試同學主要參與動機依序為讓心情愉快、舒解壓力及消磨時間。二、主要參與阻礙因素依序為時間不夠、沒有友伴及課業繁重。三、不同性別受試同學在休閒活動的參與次數、時數、時段、資訊來源、參與伙伴、休閒類型、家長態度、使用者付費及學校應提供相關休閒活動知能上，均達顯著差異 ($P < .05$)。四、不同地域別受試同學在休閒活動的參與次數、時數、參與方式、學校應提供相關休閒活動知能上，均達顯著差異 ($P < .05$)。五、在休閒參與需求方面：(一) 多數同學希望能接受專業指導員的指導及有休閒活動器材可供借用。(二) 多數同學希望主辦單位應主動寄發休閒活動相關資訊；廣播媒體亦能做適度的宣傳報導。(三) 多數同學希望學校的場地、設施夜間能開放使用。(四) 多數同學普遍認為目前國內的休閒活動場館嚴重不足，政府應大量增設。

關鍵詞：技職院校學生、休閒動機、休閒阻礙、休閒活動、休閒需求

The Study of Participation in Leisure and Recreation on Institute of Technology Students

Wei-Chuan Howng Yu-Chieh Chen

Recreation And Leisure Departmnt Jin-Wen Institute of Technology

Abstract

The purpose of this study was to understand the participation in recreation on institute of technology students. 725 male and female students from eight of institute of technology were selected by random sampling as the subjects, through questionnaire survey, the results were as follows: 1. The priority of attending motivations were (1) get happiness, (2) make friend, (3) kill time. 2. The obstructions were (1) not enough time, (2) lack company, (3) study pressure. 3. There's significant different between male and female students on frequencies, hours, periods, source of information, company, the type of recreation, the attitudes of parents, self-recognition's, user pay for it and school should supply activity information. 4. As for recreation demand, (1) most of students hope on "assisting recreational activity, (2) Sponsors offer information, (3) school courts open for public, (4) build up more recreation space. 5. As for leisure demand, most of subjects hope on "assisting leisure activity, school court open for public, build up more leisure space".

Finally, the survey results of this study can be added as reference of any future study.

Key Words: Institute of Technology Students, leisure mativation, leisure constraint, leisure activity, leisure demand

壹、緒 論

一、研究動機

近年來，隨著教育的普及、科技的發展帶動了經濟的成長，使得國民平均所得大幅提高；科技取代傳統的勞力工作，大量機械的運用，相對的工作時間縮短、空閒時間增加，國人生活型態隨之改變，生活日趨閒逸。政府週休二日制的實施及休閒活動的大力推動，使國人有了更多的時間來從事休閒活動，工作已不再是人們生活的全部；相對的，大多數人都以透過休閒活動的參與來舒暢精神、調節身心、提升健康體能。因此，可以肯定的說：「休閒活動已成為現代個人生活經驗不可或缺的重要部份」。

林東泰（1994）認為從中文的字面意義來看，「休閒」它有休息與悠閒之意，其包含了「休息」與「閒暇」兩層面的內涵；所以它似乎包括了「閒暇的自由時間，以及令人恢復精神或體力的休息活動」。盧俊宏（1994）則認為：「舉凡個人在閒暇時間內所從事的活動皆稱為休閒活動，休閒活動的目的在創新生活、豐富人生」。王昭正（2001）認為：「休閒乃是一種生活上之平衡，為發展個人或社會關而選從事之活動，進而表自我或釋放情感」。亞里斯多德在其『人類倫理學』著作中對休閒所下的定義為：「休閒是所有人類活動之目的，是所有行動導向之最終結果。」因此休閒是屬於心理以及感覺上的輕鬆，完全決定在個人的心態（徐淑芳，1996）。

謝秀芳（1995）的研究發現：「技職院校學生實際參與休閒活動程度最高的項目是靜態性的休閒活動，參與程度最低的項目是技擊性的休閒活動；女生在康樂性的休閒活動參與程度遠高於男生，男生在團體性的休閒活動、消費性的休閒活動兩項高於女生」。行政院主計處（1996）所做的研究統計顯示：「青少年對休閒活動的喜愛程度依序為聽音樂、歌唱、郊遊、爬山、旅行、看電視、逛街及購物；同時發現，青少年因為有升學壓力，大多數藉音樂來打發時間；此顯示青少年實際參與休閒活動的時間很少，並嚴重影響休閒活動的效果。陳德海（1996）的研究發現：「專校學生休閒活動參與傾向，男生為娛樂性與健身性休閒活動，女生則較傾向於閒意性、娛樂性與舞蹈性休閒活動」。Kao(1996)利用次級資料預測台灣地區休閒活動參與傾向，結果發現：「多數人參與休閒活動為看電視、運動性活動及社交性活動；少數人則熱衷於閱讀」。

技職院校的學生從高職階段就開使接受正規的技職養成教育，不僅得接受傳統的智能學科教育，同時也得接受專業技能的指導，花更多的時間於技能的實習上。可知，他們的課餘時段較一般同樣受中等教育的學生少，且不能如願的參與各項休閒活動，對休閒活動的意義與認知也較缺乏。因此，瞭解與協助他們建立正確的休閒觀與良好的休閒行為模式之養成，相信對其往後的人格成長與行為發展必有正面的助益。

二、研究目的

本研究之目的擬達成下列幾項：

- 一、瞭解技職院校學生休閒活動的參與動機。
- 二、瞭解技職院校學生休閒活動的參與阻礙因素。
- 三、比較不同性別技職院校學生休閒活動參與狀況之差異。
- 四、比較不同地域別技職院校學生休閒活動參與狀況之差異。
- 五、瞭解技職院校學生休閒活動的參與需求。

貳、研究方法

一、研究對象

本研究係以叢集抽樣方式抽選九十二學年度就讀於北部及南部八所技職院校的學生共 900 名為本研究對象。採問卷調查方式進行調查，問卷回收後即加以整理，並去除填答不完整之問卷，計得有效問卷 725 份，有效回收率為 80.6%。

二、研究工具

針對本研究之目的，蒐集相關文獻，進一步分析整理後，特編製「技職院校學生休閒活動參與狀況之調查問卷」，作為本研究之研究工具。並依據預試所獲得的資料經整理後，進行項目分析，採相關分析法，以相關達 0.30 以上為選題基準。再以 Cronbach α 係數作信度考驗，得總量表 α 值為.89。根據預試分析結果，再作修整編製成正式問卷。

三、資料處理

以 SPSS for window 電腦套裝軟體進行統計分析，以百分比，平均數來描述樣本之分佈情形，以卡方檢定來分析與考驗不同變項在休閒活動參與狀況之差異情形。上述之 α 值皆設在.05 顯著水準。

參、結果與討論

一、受試樣本之性別與地域別

表 1 受試樣本之性別與學制別統計表

類 別	項 目	人 數	百 分 比
性 別	男	391	53.9%
	女	334	46.1%
地 域 別	北 部	375	51.7%
	南 部	350	48.3%

從表 1 中可知，本研究受試樣本，共 725 人，其中男生 391 人（佔 53.9%），女生 334 人（佔 46.1%）。北部學生 375 人（佔 51.7%），南部學生 350 人（佔 48.3%）。

二、休閒活動參與動機因素統計分析（3 選項）

表 2 受試學生休閒活動參與動機因素統計表

選 項	選 項 別			人 數
	1	2	3	
舒解壓力	180	82	73	335
消磨時間	141	108	77	326
讓心情愉快	110	50	193	353
結交朋友	90	125	99	312
增進身心健康	43	98	48	189
吸收經驗、技能	49	138	88	275
獲得成就感	42	46	34	122
激發潛能、創意	43	42	77	162
改變人生觀	27	36	38	101

如表 2 所示。本研究受試學生休閒活動的參與動機選項因素，將第一、二、三選項合併計，以「讓心情愉快」、「舒解壓力」及「消磨時間」為前三選項動機。以「改變人生觀」為最少的動機因素。

三、休閒活動的參與阻礙因素統計分析（3 選項）

表 3 受試學生休閒活動參與阻礙因素統計表

選 項	選 項 別			人 數
	1	2	3	
時間不足	308	77	80	465
沒有友伴	106	124	60	290
費用太高	74	109	75	258
交通不便	60	105	80	245
課業繁重	50	85	30	165
沒有興趣	33	55	72	160
缺乏指導	22	67	50	139
場地欠缺	33	47	83	163
技能不足	26	33	60	119
家人不支持	13	23	35	71

如表 3 所示，本研究受試學生參與休閒活動的參與阻礙因素，將第一、二、三選項合併計，以「時間不夠」、「沒有友伴」及「費用太高」為前三阻礙因素選項。以「家人不支持」為影響最小的阻礙選項因素。

四、休閒活動參與狀況差異比較

不同性別受試者休閒活動參與狀況差異比較

表 4 不同性別受試者休閒活動各變項參與狀況差異比較

變 項	χ^2	df	P 值
每週參與休閒活動次數	16.637	3	.001**
每週參與休閒活動的時數	11.948	5	.047*
參與休閒活動的時段	10.813	4	.031*
參與休閒活動的時日	3.124	3	.601
休閒活動的資訊來源	23.417	7	.003**
休閒活動的參與方式	3.114	3	.537
休閒活動的參與伙伴	14.729	4	.377
最常參加休閒活動的類型	56.438	9	.000***
家長的態度	18.147	4	.22
學校提供相關休閒活動知能	14.815	4	.008**
使用者付費方式參與休閒活動	15.518	4	.007**

表 4 為不同性別受試者休閒活動各變項參與狀況差異比較。根據 χ^2 的分析結果，發現男女受試者在每週參與休閒活動次數（表 5）、每週參與休閒活動時數（表 6）、休閒活動參與時段（表 7）、休閒活動資訊來源（表 8）、休閒活動參與夥伴（表 9）、家長對參與休閒活動態度（表 10）及使用者付費方式參與休閒活動（表 11）這些變項上有很大不同，均達顯著差異水準（ $p < .05$ ）；在其他各變項上，則未達統計上的顯著要求（ $p > .05$ ）。達顯著差異水準之變項，分別說明如下：

1、不同性別受試者每週參與休閒活動次數差異比較

表 5 不同性別受試者每週參與休閒活動次數差異比較

	每週參與休閒活動次數				合 計
	1-2 次	3-4 次	5-6 次	7 次以上	
男	162	164	47	18	391
橫列%	41.4%	41.9%	12.1%	4.6%	100.0%
總數%	22.3%	22.6%	6.5%	2.5%	53.9%
女	190	111	24	9	334
橫列%	56.9%	33.2%	7.2%	2.7%	100.0%
總數%	26.2%	15.3%	3.3%	1.2%	46.1%
合計	352	275	71	27	725
總數%	48.6%	37.9%	9.8%	3.7%	100.0%

($\chi^2 = 16.637$ df = 3 p = .001)

男女受試者每週參與休閒活動次數如表 5 所示：男生以每週參與 3-4 次人數為最多，有 164 人佔男生受試者的 41.9%，其次為 1-2 次的 162 人(41.4%)、5-6 次的 47 人(12.1%)及 7 次以上的 18 人(4.6%)；女生以每週參與 1-2 次人數為最多，有 190 人佔女生受試者的 56.9%，其次為 3-4-2 次的 111 人(33.2%)、5-6 次的 24 人(7.2%)及 7 次以上的 9 人(2.7%)。

2、不同性別受試者每週參與休閒活動的時數差異比較

表 6 不同性別受試者每週參與休閒活動的時數差異比較

		每週參與休閒活動時數						合 計
		2 小時以 內	2-3 小時	3-4 小時	4-5 小時	5-6 小時	6 小時以 上	
男		44	112	79	49	51	56	391
	橫列%	11.3%	28.6%	20.2%	12.5%	13.1%	14.3%	100.0%
	總數%	6.1%	15.4%	10.9%	6.8%	7.1%	7.7%	53.9%
女		31	90	106	46	25	36	334
	橫列%	9.9%	26.9%	31.7%	13.8%	7.5%	10.8%	100.0%
	總數%	4.3%	12.4%	14.6%	6.3%	3.4%	5.0%	46.1%
合計		75	202	185	95	76	92	725
	總數%	10.3%	27.9%	25.5%	13.1%	10.5%	12.7%	100.0%

$$(\chi^2 = 11.948 \quad df = 5 \quad p = .047)$$

男女受試者每週參與休閒活動時數如表 6 所示：男生以每週參與時數 2-3 小時人數為最多，有 112 人，佔男生受試者的 28.6%，其次為 3-4 小時的 79 人(20.2%)、6 小時以上的 56 人(14.3%)、5-6 小時的 51 人(13.1%)、4-5 小時的 49 人(12.5%)，2 小時以內的 44 人(11.3%)為最少；女生以每週參與時數 3-4 小時人數為最多，有 106 人，佔女生受試者的 31.7%，其次為 2-3 小時的 90 人(26.9%)、4-5 小時的 46 人(13.8%)、6 小時以上的 36 人(10.8%)、2 小時以內的 31 人(9.9%)，以 5-6 小時的 25 人(7.5%)為最少。

3、不同性別受試者休閒活動參與時段差異比較

表 7 不同性別受試者休閒活動的參與時段差異比較

		休閒活動參與時段					合 計
		清晨-8:00	8:00-12:00	12:00-14:00	14:00-17:00	17:00 以後	
男		16	66	47	98	164	391
	橫列%	4.1%	16.9%	12.0%	25.1%	41.9%	100.0%
	總數%	2.2%	9.1%	6.5%	13.5%	22.6%	53.9%
女		16	36	39	114	129	334
	橫列%	4.8%	10.5%	11.6%	34.1%	38.9%	100.0%
	總數%	2.2%	5.0%	5.4%	15.7%	17.8%	46.1%
合計		32	102	86	213	293	725
	總數%	4.4%	14.1%	11.9%	29.3%	40.4%	100.0%

$$(\chi^2 = 10.813 \quad df = 4 \quad p = .031)$$

男女受試者休閒活動參與時段如表 7 所示：男生以 17:00 以後人數為最多，有 164 人，佔男生受試者的 41.9%，其次為 14:00-17:00 的 98 人(25.1%)、8:00-12:00 的 66 人(16.9%)、12:00-14:00 的 47 人(12.0%)，以清晨-8:00 的 16 人(4.1%)為最少；女生以 17:00 以後人數為最多，有 129 人，佔女生受試者的 38.9%，其次為 14:00-17:00 的 114 人(34.1%)、12:00-14:00 的 39 人(11.6%)、8:00-12:00 的 36 人(10.5%)，以清晨-8:00 的 16 人(4.8%)為最少。

4、不同性別受試者休閒活動的資訊來源差異比較

表 8 不同性別受試者休閒活動的資訊來源差異比較

	休閒活動的資訊來源								合計
	報章 雜誌	廣播 媒體	網路	戶外 看板	廣告 傳單	學校 公告板	親友 告知	其他	
男	75	186	67	17	4	8	30	7	391
橫列%	19.2%	47.8%	17.2%	4.3%	1.0%	2.3%	7.7%	1.8%	100.0%
總數%	10.3%	25.7%	9.2%	2.3%	.5%	1.1%	4.1%	.9%	53.9%
女	90	141	30	7	3	4	45	14	334
橫列%	27.0%	41.8%	9.1%	2.0%	1.1%	1.7%	13.5%	4.2%	100.0%
總數%	12.4%	19.5%	4.2%	.9%	.4%	.5%	6.6%	1.6%	46.1%
合計	161	327	97	24	7	12	75	21	725
總數%	22.3%	45.2%	13.4%	3.4%	.9%	1.6%	10.3%	2.9%	100.0%

($\chi^2 = 23.417$ df = 7 p = .003)

男女受試者休閒活動資訊來源如表 8 所示：男生以從廣播媒體人數為最多，有 186 人，佔男生受試者的 47.8%，其次為報章雜誌的 75 人(19.2%)、網路的 67(17.2%)，以從廣告傳單的 4 人(1.0%)為最少；女生以從廣播媒體人數為最多，有 141 人，佔女生受試者的 41.8%，其次為報章雜誌的 90 人(27.0%)、網路的 30(9.1%)，以從廣告傳單的 3 人(1.1%)為最少。

5 不同性別受試者最常參與休閒活動的類型差異比較

表 9 不同性別受試者最常參與休閒活動的類型差異比較

	不同性別受試者最常參與休閒活動類型										合計
	運動性	閒逸性	旅遊性	娛樂性	陶冶性	健康體 適能	水上 活動	藝文性	技擊性	其他	
男	174	93	14	64	2	21	11	2	9	2	391
橫列%	44.0%	23.8%	3.6%	16.3%	.5%	5.4%	2.8%	.5%	2.3%	.5%	100.0%
總數%	24.0%	12.8%	1.9%	8.8%	.3%	2.9%	1.7%	.3%	1.2%	.3%	53.9%
女	68	169	26	26	8	12	13	9	2	1	334
橫列%	20.4%	50.6%	7.7%	7.7%	2.3%	3.7%	4.0%	2.8%	.6%	.3%	100.0%
總數%	9.4%	23.3%	3.9%	3.9%	1.2%	1.7%	1.8%	1.2%	.2%	.1%	46.1%
合計	242	262	40	90	10	33	24	11	11	3	725
總數%	33.4%	36.1%	5.5%	12.4%	1.4%	4.6%	3.3%	1.5%	1.5%	.4%	100.0%

($\chi^2 = 56.438$ df = 9 p = .000)

男女受試者最常參與休閒活動的類型如表 9 所示：男生以運動性人數為最多，有 174 人，佔男生受試者的 44.0%，其次為閒逸性的 93 人(23.8%)、娛樂性的 64 人(16.3%)、健康體適能的 21 人(5.4%)，以陶冶性、藝文性、其他各為 2 人(.5%)為最少；女生以閒逸性人數為最多，有 169 人，佔女生受試者的 50.6%，其次為運動性的 68 人(20.4%)、娛樂性、旅遊性的各 26 人(7.7%)，以其他的 1 人(.3%)為最少。

6 不同性別受試者對學校所提供相關休閒活動知能差異比較

表 10 不同性別受試者對學校所提供相關休閒活動知能差異比較

		學校所提供相關休閒活動知能					合 計
		非常充分	充 分	有點充分	不充分	非常不充分	
男		29	78	100	124	60	391
	橫列%	7.4%	19.9%	25.9%	31.7%	15.3%	100.0%
	總數%	.4%	10.8%	13.8%	17.1%	8.3%	53.9%
女		5	65	67	153	44	334
	橫列%	1.5%	19.5%	20.0%	45.8%	13.1%	100.0%
	總數%	.7%	9.0%	9.2%	21.1%	6.1%	46.1%
合計		34	143	167	277	104	725
	總數%	4.8%	19.7%	23.0%	38.0%	14.3%	100.0%

($\chi^2 = 14.815$ df = 4 p = .008)

男女受試者對學校所提供相關休閒活動知能如表 10 所示：男生以不充足人數為最多，有 124 人，佔男生受試者的 31.7%，其次為有點充分的 100 人(25.9%)、充分的 78 人(19.9%)，以非常充分的 29 人(7.4%)為最少；女生以不充足人數為最多，有 153 人，佔女生受試者的 45.8%，其次為有點充分的 67 人(20.0%)、充分的 65 人(19.5%)，以非常充分的 5 人(1.5%)為最少。

7 不同性別受試者對使用者付費方式參與休閒活動差異比較

表 11 不同性別受試者對使用者付費方式參與休閒活動差異比較

		使用者付費方式參與休閒活動					合 計
		非常贊同	贊 同	有點贊同	不贊同	非常不贊同	
男		37	85	120	87	62	391
	橫列%	9.5%	21.7%	30.6%	22.3%	15.9%	100.0%
	總數%	5.1%	11.7%	16.5%	12%	8.6%	53.9%
女		28	81	132	72	21	334
	橫列%	8.4%	24.2%	39.5%	21.6%	6.2%	100.0%
	總數%	3.6%	11.1%	24.4%	9.9%	2.9%	46.1%
合計		65	166	252	159	83	725
	總數%	9.0%	22.9%	34.7%	21.9%	11.5%	100.0%

($\chi^2 = 15.518$ df = 4 p = .007)

男女受試者對使用者付費方式參與休閒活動如表 11 所示：男生以有點贊同人數為最多，有 120 人，佔男生受試者的 30.6%，其次為不贊同的 87 人(22.3%)、贊同的 85 人(21.7%)，以非常贊同的 37 人(9.5%)為最少；女生以有點贊同人數為最多，有 132 人，佔男生受試者的 39.5%，其次為贊同的 81 人(24.2%)、不贊同的 72 人(21.6%)，以非常不贊同的 21 人(6.2%)為最少。

(二)、不同地域別休閒活動參與狀況差異比較

表 12 不同地域別受試者休閒活動各變項參與狀況差異比較

變 項	χ^2	df	P 值
每週參與休閒活動次數	9.741	3	.023*
每週參與休閒活動的時數	17.431	5	.006**
參與休閒活動的時段	9.594	4	.041*
參與休閒活動的時日	2.342	3	.481
休閒活動的資訊來源	12.837	7	.091
休閒活動的參與方式	9.636	3	.048*
休閒活動的參與伙伴	3.158	4	.576
最常參加休閒活動的類型	14.352	9	.158
家長的態度	5.453	4	.281
學校提供相關休閒活動知能	17.918	4	.004**
使用者付費方式參與休閒活動	11.856	4	.445

表 12 不同地域別受試者休閒活動各變項參與狀況差異比較。根據 χ^2 的分析結果，發現不同地域別受試者在每週參與休閒活動次數（表 13）、每週參與休閒活動時數（表 14）、休閒活動參與時段（表 15）、休閒活動參與方式（表 16）及學校提供相關休閒活動知能（表 17）這變項上有很大不同，達顯著差異水準($p < .05$)；在其他各變項上，則未達統計上的顯著要求($p > .05$)。達顯著差異水準之變項，分別說明如下：

1、不同地域別受試者每週參與休閒活動次數差異比較

表 13 不同地域別受試者每週參與休閒活動次數差異比較

	每週參與休閒活動次數				合 計
	1-2 次	3-4 次	5-6 次	7 次以上	
北部	205	120	30	20	375
橫列%	54.9%	31.9%	8.1%	5.5%	100.0%
總數%	28.2%	16.6%	4.1%	2.8%	51.7%
南部	170	123	47	10	350
橫列%	48.5%	35.2%	13.4%	2.8%	100.0%
總數%	23.4%	17.0%	6.5%	1.4%	48.3%
合計	375	243	77	30	725
總數%	51.7%	33.5%	10.6%	4.2%	100.0%

($\chi^2 = 9.741$ df = 3 p = .023)

不同地域別受試者每週參與休閒活動次數如表 13 所示：北部受試者以每週參與 1-2 次人數為最多，有 205 人，佔北部受試者人數的 54.9%，其次為 3-4 次的 120 人(31.9%)、5-6 次的 30 人(8.1%)，以 7 次以上的 20 人(5.5%)為最少；南部受試者以每週參與 1-2 次人數為最多，有 170 人，佔南部受試者人數的 48.5%，其次為 3-4 次的 123 人(35.2%)、5-6 次的 47 人(13.4%)，以 7 次以上的 10 人(2.8%)為最少。

2、不同地域別受試者每週參與休閒活動時數差異比較

表 14 不同地域別受試者每週參與休閒活動時數差異比較

	每週參與休閒活動時數						合 計
	2 小時以 內	2-3 小時	3-4 小時	4-5 小時	5-6 小時	6 小時以 上	
北部	38	108	86	46	37	60	375
橫列%	10.2%	28.7%	22.9%	12.4%	9.9%	15.9%	100.0%
總數%	5.2%	14.9%	11.9%	6.3%	5.1%	8.3%	51.7%
南部	30	93	114	53	36	24	350
橫列%	8.7%	26.6%	32.5%	15.2%	10.0%	6.8%	100.0%
總數%	4.1%	13.0%	15.7%	7.3%	5.0%	3.3%	48.3%
合計	68	201	200	99	73	84	725
總數%	9.4%	27.7%	27.6%	13.7%	10.1%	11.5%	100.0%

($\chi^2 = 17.431$ df = 5 p = .006)

不同地域別受試者每週參與休閒活動時數差如表 14 所示：北部受試者以每週參與 2-3 小時人數為最多，有 108 人，佔北部受試者人數的 28.7%，其次為 3-4 小時的 86 人(22.9%)、6 小時以上的 60 人(15.9%)，以 5-6 小時的 37 人(9.9%)為最少；南部受試者以每週參與 3-4 小時人數為最多，有 114 人，佔南部受試者人數的 32.5%，其次為 2-3 小時的 93 人(26.6%)、4-5 小時的 53 人(15.2%)，以 6 小時以上的 24 人(6.8%)為最少。

3、不同地域別受試者休閒活動參與時段差異比較

表 15 不同地域別受試者休閒活動參與時段差異比較

	休閒活動參加時段					合 計
	清晨-8:00	8:00-12:00	12:00-14:00	14:00-17:00	17:00 以後	
北部	19	53	54	101	148	375
橫列%	5.1%	14.1%	14.4%	26.9%	39.5%	100.0%
總數%	2.6%	7.3%	7.4%	13.9%	20.4%	51.7%
南部	16	45	20	113	156	350
橫列%	4.6%	12.9%	5.7%	32.3%	44.6%	100.0%
總數%	2.2%	6.2%	2.8%	15.6%	21.5%	48.3%
合計	35	98	74	214	304	725
總數%	4.8%	13.6%	10.2%	29.5%	41.9%	100.0%

($\chi^2 = 9.594$ df = 4 p = .034)

不同地域別受試者休閒活動參與時段如表 15 所示：北部受試者以 17:00 以後的人數為最多，有 148 人，佔北部受試者人數的 39.5%，其次為 12:00-17:00 的 101 人(26.9%)、12:00-14:00 的 54 人(14.4%)，以清晨-8:00 的 19 人(5.1%)為最少；南部受試者以 17:00 以後的人數為最多，有 156 人，佔南部受試者人數的 44.6%，其次為 12:00-17:00 的 113 人(32.3%)、8:00-12:00 的 45 人(12.9%)，以清晨-8:00 的 16 人(4.6%)為最少。

4、不同地域別受試者對休閒活動參與方式差異比較

表 16 不同地域別受試者對休閒活動參與方式差異比較

	休閒活動參與方式				合 計
	單 獨	兩 人	三 人	三人以上	
北部	32	97	35	211	375
橫列%	8.5%	25.9%	9.3%	56.3%	100.0%
總數%	4.4%	13.4%	4.8%	29.1%	51.7%
南部	10	98	47	195	350
橫列%	2.9%	28.0%	13.4%	55.7%	100.0%
總數%	1.4%	13.5%	6.5%	26.9%	48.3%
合計	32	195	82	406	725
總數%	4.4%	26.9%	11.3%	56.0%	100.0%

$(\chi^2 = 9.636 \quad df = 3 \quad p = .048)$

不同地域別受試者對休閒活動參與方式如表 16 所示：北部受試者以三人以上的人數為最多，有 211 人，佔北部受試者人數的 56.3%，其次為兩人的 97 人(25.9%)、三人的 35 人(9.3%)，以單獨的 32 人(8.5%)為最少；南部受試者以三人以上的人數為最多，有 195 人，佔南部受試者人數的 55.7%，其次為兩人的 98 人(28.0%)、三人的 47 人(13.3%)，以單獨的 10 人(2.9%)為最少。

5、不同地域別受試者對學校所提供相關休閒活動知能差異比較

表 17 不同地域別受試者對學校所提供相關休閒活動知能差異比較

	學校所提供相關休閒活動知能					合 計
	非常充分	充 分	有點充分	不充分	非常不充 分	
北部	7	65	83	151	69	375
橫列%	2.3%	17.4%	22.1%	40.1%	18.1%	100.0%
總數%	.1%	8.9%	11.5%	20.7%	9.5%	51.7%
南部	20	83	81	138	28	350
橫列%	5.8%	23.7%	23.2%	39.3%	8.0%	100.0%
總數%	2.8%	11.4%	11.1%	19.1%	3.9%	48.3%
合計	27	148	164	289	97	725
總數%	3.7%	20.4%	22.6%	39.9%	13.4%	100.0%

$(\chi^2 = 17.918 \quad df = 4 \quad p = .004)$

不同地域別受試者對學校所提供相關休閒活動知能如表 17 所示：北部受試者以不充分的人數為最多，有 151 人，佔北部受試者人數的 40.1%，其次為有點充分的 83 人(22.1%)、非常不充分的 69 人(18.1%)，以非常充分的 7 人(2.3%)為最少；南部受試者以不充分的人數為最多，有 138 人，佔南部受試者人數的 39.3%，其次為充分的 83 人(23.7%)、有點充分的 81 人(23.2%)，以非常充分的 20 人(5.8%)為最少。

五、休閒活動參與需求調查分析

表 18 休閒活動參與需求調查統計表

層面	題 項	選 項				
		非常需要	需 要	有點需要	不需要	非常不需要
相 關 輔 導	專業指導員	68(9.4%)	232(32.0%)	201(27.7%)	201(27.7%)	23(3.2%)
	提供教學教具供參考	69(9.5%)	189(26.2%)	207(28.6%)	222(30.6%)	38(5.1%)
資 訊 傳 送	廣播媒體適度宣傳	162(22.3%)	414(57.1%)	75(10.3%)	51(7.1%)	23(3.2%)
	主辦單位寄發資料	118(16.3%)	290(40.2%)	171(23.6%)	119(16.7%)	27(3.7%)
學 校 提 供 相 關 服 務	課後休閒活動輔導	112(15.4%)	296(40.8%)	152(21.0%)	120(16.6%)	45(5.2%)
	協助規劃休閒活動	52(7.2%)	142(19.6%)	102(14.1%)	331(45.7%)	108(14.9%)
	提供課外活動場所	171(23.6%)	378(52.1%)	100(13.8%)	49(6.8%)	27(3.7%)
	場館夜間開放使用	164(22.6%)	297(41.0%)	129(17.8%)	105(14.5%)	30(4.1%)
公 共 設 施	目前的公共休閒場所	非常足夠	足 夠	有點夠	不足夠	非常不足夠
		22(3.0%)	112(15.5%)	150(20.7%)	319(44.0%)	122(16.8%)

表 18 本研究全體受試者的休閒活動參與需求調查，在休閒相關輔導方面：有 41.4%的受試同學自認為需要專業指導員來協助他們。有 35.7%的受試同學同時也希望有關單位能提供相關教學教具供參考。

在休閒相關資訊傳送方面：79.4%的受試同學認為廣播媒體應對休閒活動作適度宣導，好讓大家都很容易獲得休閒相關資訊。有 56.8%的受試同學也很期盼主辦單位能主動寄發相關休閒活動資訊。

在學校提供服務方面：有 56.2%的受試同學認為學校應協助同學做課後之休閒活動相關輔導，指引同學參加正當的休閒活動。有 25.8%的受試同學認為學校應協助同學作個人休閒活動規劃。有 75.7%的受試同學認為學校在不影響正課教學及校園安全範圍，應主動提供課外休閒活動場所。有 63.6%的受試同學認為學校有必要於夜間開放場館供同學使用。

在休閒公共設施方面：有 60.8%的受試同學認為目前國內有關休閒活動的公共場館及空間實在不足夠使用，政府應大量增社。

肆、結論與建議

一、結論

- (一) 本研究受試者休閒活動的主要參與動機選項為「讓心情愉快」，其次為「消磨時間」。主要參與阻礙因素為「時間不夠」，其次為「沒有友伴」。
- (二) 就性別而言，不同性別受試者在：
 1. 每週休閒活動參與「次數、時數、時段」上達顯著差異($P < .05$)。男生比女生較為活躍，參與次數與時數也比較多。
 2. 在休閒活動的「資訊來源、參與伙伴」上達顯著差異($P < .05$)。主要均來自廣播媒體、報章雜誌、網路及親友告知，只是在人數比例上有不同。
 3. 最常參加的「休閒活動類型」上達顯著差異($P < .05$)。男生最常參加的休閒活動為運動性及閒逸性，女生最常參加的休閒活動為閒逸性及運動性，這與陳德海(民85)的研究較相近。
 4. 在「家長對受試者參與休閒活動的態度」上達顯著差異($P < .05$)。家長對男生參與休閒活動較贊成，對於女生則較在意活動的內容與安全性。
 5. 在個人認知的「使用者付費、學校提供相關休閒活動知能」上達顯著差異($P < .05$)。女生往往比較不知到學校有提供相關休閒活動知能。多數女生贊同使用者付費方式參與休閒活動，但有一部份男生不贊同。
- (三) 就地域別而言，北部受試者及南部受試者在：
 1. 每週休閒活動參與「次數、時數、時段」上達顯著差異($P < .05$)。
 2. 在休閒活動的「參與伙伴」上達顯著差異($P < .05$)。
 3. 在「家長對受試者參與休閒活動的態度」上達顯著差異($P < .05$)。
 4. 在個人認知的「使用者付費、學校應提供相關休閒活動知能」上達顯著差異($P < .05$)。
- (四) 休閒活動參與需要方面
 1. 有 41.4%及的受試者自認為需要有專指導員指導；35.7%的受試者希望能有相關教學教具共參考使用。
 2. 有 79.4%的受試者希望廣播媒體能做適度相關活動之報導；56.8%的受試者希望主辦單位能主動寄發相關活動資訊。
 3. 75%以上的受試者希望學校場地設施能提供開放使用。
 4. 60%以上的受試者認為目前國內的公共休閒活動場館及空間不夠、應大量增設。

二、建議

- (一) 媒體的宣傳有助長休閒活動推動之功效，同時政府應大量增社、相關教育單位及社會團體應重視與倡導，。
- (二) 修訂學校教育方針，重視課外活動，加強休閒活動的知能輔導，吸引學生對休閒活動的喜愛；建立健康的休閒生活型態，確立其休閒興趣與嗜好的養成。
- (三) 各學校應按各校之特色及環境因素，發展出較適合自己學生的休閒活動及提供更多的休閒活動空間。

參考文獻

一、中文部份

- 行政院主計處 (1996)。八十五年青少年狀況之調查。台北：行政院主計處。
- 王昭正 (2001)。休閒導論。台北：品度股份有限公司。
- 林東泰 (1994)。休閒教育與其宣策略之研究。台北：師大書苑
- 青輔會 (1993)。青年休閒活動現況及其阻礙因素之研究。台北：行政院青輔會。
- 洪惟泉 (2002)。教職員工休閒活動參與狀況之相關研究-以德霖技術學院為例。德霖學報，16期。
- 洪惟泉 (2003)。專校學生休閒活動參與狀況之相關研究。九十二年度運動觀光及休閒產業管理學術研討會。
- 涂淑芳 (1996)。休閒與人類行為。台北：桂冠圖書公司。
- 陳德海 (1996)。台北市女大學生休閒運動態度與參與狀況之研究。國立體育學院體育研究所碩士論文。
- 盧俊宏 (1994)。運動心理學。台北：師大書苑。
- 謝秀方 (1995)。技職院校學休閒活動參與狀況之研究。體育學報，20期。123-134。

二、外文部份

- kao, J. C. (1996). The current trends of leisure participation in Taiwan: Synthss from national surveys of time utilization. Th recreation, sport, cultur & tourism for 21 cntury, Hong Kong Baptist University, Hong Kong.
- Kelly, J. R. (1990). Leisure. Englwood Cliffs, NJ:Prentice-Hall.
- Kraus, R. G. (1984). Recreation and Leisure in Modern Society (3rd ed.).Pacific Palisads, Calif: Goodyer.

