

休閒參與對公部門不同受聘屬性員工工作壓力調適影響之研究

洪曄瑩、李俊憲

E-mail: 324322@mail.dyu.edu.tw

摘要

本研究旨在探討休閒參與對公部門不同受聘屬性員工工作壓力調適之影響，以彰化縣政府及其所屬各級機關與公立學校員工為研究對象，採量化研究，預試與正式問卷合計發放880份，回收826份，刪除無效問卷後，有效問卷共535份，回收問卷有效率為64.8%，並以SPSS12.0進行資料分析與研究假設驗證，獲得以下研究結果：一、公部門員工之工作壓力源產生次數與工作壓力感受屬於中低程度，工作負荷為工作壓力源與工作壓力感受之主要因素。二、公部門員工之休閒活動參與頻率以娛樂性休閒活動為最高，而所獲得之休閒效益屬中等略高程度，以放鬆效益為主。三、工作負荷壓力源、職涯發展與成就壓力源、體育性休閒活動與美學效益對公部門正式員工壓力反應具顯著預測力；工作單調壓力源、工作負荷壓力感受、體育性休閒活動、戶外遊憩性休閒活動對公部門非正式員工壓力反應具顯著預測力。最後，根據研究結果進行綜合討論，並就公部門組織層面與員工個人層面提出具體建議：一、就公部門組織層面：應鼓勵員工內隱知識的分享，以利工作經驗傳承，並開辦員工體適能健康教室，使員工消除疲勞且舒暢身心。二、就員工個人層面：面對工作負荷壓力，應有效運用時間管理技巧，並多參與體育性休閒活動，而非正式員工應合宜的規畫戶外遊憩性活動，透過休閒參與，暫時遠離壓力事件，再以較佳情緒與體能，重新面對並處理工作壓力事件。

關鍵詞：公部門非正式員工、休閒參與、工作壓力調適

目錄

封面內頁 簽名頁 中文摘要	iii	ABSTRACT
iv 誌謝辭	v	內容目錄
vi 表目錄	vii	圖目錄
ix 第一章 緒論	1	第一節 研究背景與動機
1 第二節 研究目的與問題	6	第三節 研究範圍與限制
7 第四節 名詞釋義	8	第二章 文獻探討
10 第一節 公部門人力運用政策	10	第二節 工作壓力理論
16 第三節 休閒參與及休閒效益理論	28	第四節 相關實證與研究命題、假設
34 第三章 研究方法	43	第一節 研究架構
43 第二節 研究工具	44	第三節 抽樣方法
48 第四節 資料統計分析方法	51	第四章 資料分析
52 第一節 問卷信度分析	52	第二節 人口統計變項背景分析
53 第三節 描述性統計分析	56	第四節 研究假設驗證
62 第五節 本章小結	66	第五章 結論與建議
69 第一節 綜合討論	69	第二節 研究結論
78 第三節 研究建議	79	參考文獻
82 附錄A 問卷構面與題目	99	附錄B 正式問卷
102 附錄C 壓力反應子構面之迴歸分析	106	附錄D 獨立樣本t檢定分析
109 表目錄 表 1- 1全國公部門約聘僱人員佔公務人員總數之比例	4	表 2- 1公部門非正式員工分類比較
5	22	表 2- 2潛在在工作壓力源之種類
41	49	表 2- 3研究命題與研究假設
50	53	表 3- 1公部門員工人數與抽樣份數
55	57	表 3- 2預試問卷信度分析摘要表
58	59	表 4- 1問卷信度分析摘要表
60	61	表 4- 2人口統計變項背景分析
63	63	表 4- 3工作壓力源描述統計分析
65	68	表 4- 4工作壓力感受描述統計分析
68	69	表 4- 5休閒活動類型參與頻率之描述統計分析
72	72	表 4- 6休閒效益描述統計分析
78	78	表 4- 7壓力反應描述統計分析
82	82	表 4- 8工作壓力源、工作壓力感受、休閒參與、休閒效益 與壓力反應相關分析摘要表
85	85	表 4- 9整體壓力反應之迴歸分析
88	88	表 4- 10假設驗證結果彙整表
92	92	圖目錄 圖 1- 12000年至2009年台灣經濟成長率與失業率變化
95	95	圖 2- 1人力運用模式
98	98	圖 2- 2職業壓力指標模式
102	102	圖 2- 3統合性工

作壓力模式	19	圖 2- 4 壓力模式	20	圖 2- 5 休閒效益系統模式	33	圖 3- 1 研究架構	43
-----------------	----	-----------------------	----	---------------------------	----	-----------------------	----

參考文獻

- 參考文獻 一、中文部分 Bammel, G., & Burrus-Bammel, L. L. (1996), 休閒與人類行為(涂淑芳譯), 臺北:桂冠, 262-264, (原文於1992年出版)。Bakal, D. A. (1997), 心理與健康(楊語芸, 張文堯譯), 臺北:五南, (原文於1992年出版)。Drucker, P. F. (2002), 非正式員工亦應妥善對待, 哈佛商業評論中文版, 6, 78-87。Godbey, G. (2005), 探索生命中的休閒(葉怡矜, 吳崇旗, 王偉琴, 顏伽如, 林禹良譯), 臺北:品度圖書, 43, (原文於1994年出版)。Greenberg, J. S. (1995), 壓力管理(潘正德譯), 臺北:心理, (原文於1983年出版)。Handy, C. (2002), 大象與跳蚤:預見組織與個人的未來(潘東傑譯), 臺北:天下遠見, 26-27, (原文於2001年出版)。Schermerhorn, J. R., Hunt, J. G., & Osborn, R. N. (2007), 組織行為(侯婉君, 陳靜怡譯), 臺北:臺灣西書, (原文於1998年出版)。Torkildsen, G. (2003), 休閒與遊憩管理(王昭正譯), 臺北:品度圖書, 133-135, (原文於1999年出版)。方耀堯(2008), 個人背景調節下工作壓力源感受及壓力反應影響工作表現之研究 以空軍飛航管制人員為例, 私立義守大學管理研究所未出版之碩士論文。王美晶(2006), 休閒參與作為壓力調適方法及其效益之研究, 私立銘傳大學觀光研究所未出版之碩士論文。王福生(2003), 出版事業從業人員休閒態度與休閒活動參與關係之研究, 私立朝陽科技大學休閒事業管理研究所未出版之碩士論文。王慶田(2009), 國小教師休閒涉入、休閒效益及幸福感之研究, 私立亞洲大學休閒與遊憩管理研究所未出版之碩士論文。王麗娟(2003), 空服員之工作特性、工作壓力源與個人壓力反應, 國立中央大學人力資源管理研究所未出版之碩士論文。左端華(2004), 休閒活動參與和工作壓力對民航駕駛員身心健康之研究 以本國某航空公司國際航線為例, 國立臺北護理學院旅遊健康研究所未出版之碩士論文。田蘊祥(2002), 公務人員工作壓力世代差異研究 以考試院部會機關為例, 私立東吳大學政治研究所未出版之碩士論文。成之約(1999), 因應政府組織再造與人力精簡政策:派遣勞動運用的探討, 公務人員月刊, 33, 38-49。成之約, 鄭津津(2000), 派遣勞動的發展現況與未來展望, 勞工行政, 146, 48-55。朱鎮明(1999), 政府再造的政治分析 - 權力互動的觀點, 收於詹中原編, 新公共管理(pp. 281-334), 臺北:五南。江大樹(1993), 「政府減肥」的省思, 研考報導, 24, 21-29。考試院銓敘部(2009), 銓敘統計年報(2000-2009), [線上資料], 來源: <http://www.mocs.gov.tw/index.htm>[2010, April 8]。考試院銓敘部銓審司(2003), 我國臨時人員法制修法三部曲, 公務人員月刊, 81, 4-14。行政院人事行政局(2007), 政府契約性用人制度, [線上資料], 來源: <http://www.cpa.gov.tw/lp.asp?ctNode=278&CtUnit=128&BaseDSD=7&mp=1>[2010, February 9]。行政院人事行政局(2010), 中央政府機關總員額管理機制啟動, [線上資料], 來源: <http://www.cpa.gov.tw/ct.asp?xItem=7791&ctNode=623&mp=4>[2010, April 23]。行政院人事行政局人力處(2010), 行政院所屬各主管機關運用派遣勞工人數統計表, [線上資料], 來源: <http://www.cpa.gov.tw/ct.asp?xItem=7731&ctNode=623&mp=4>[2010, April 29]。行政院主計處(2010), 國民所得統計(2000-2009), [線上資料], 來源: <http://www.dgbas.gov.tw/ct.asp?xItem=14616&CtNode=3566&mp=1>[2010, April 20]。行政院勞工委員會(1994), 職業壓力指標之探討, 行政院勞委會勞工安全衛生研究所編印。行政院勞工委員會(1995), 國人工作壓力量表之建立, 行政院勞委會勞工安全衛生研究所編印。行政院勞工委員會(2009), 勞工生活及就業狀況調查, [線上資料], 來源: <http://statdb.cla.gov.tw/html/svy98/9802menu.htm>[2010, March 22]。行政院經濟部統計處(2010), 經濟統計指標(2000-2009), [線上資料], 來源: <http://2k3dmz2.moea.gov.tw/gnweb/Indicator/wFrmlIndicator.aspx>[2010, April 13]。何金美(2008), 金融人員的生活壓力與休閒調適對生、心理健康的影響, 國立雲林科技大學休閒運動研究所未出版之碩士論文。余緒德(2004), 中華航空女性空服員休閒調適策略與壓力 - 健康關係之研究, 國立東華大學觀光暨遊憩管理研究所未出版之碩士論文。吳秀麗(2008), 護理人員職業倦怠、休閒調適及休閒效益之研究, 私立亞洲大學國際企業研究所未出版之碩士論文。吳若萱(2001), 派遣勞動如何重塑僱傭關係與企業用人政策, 經濟前瞻, 76, 101-106。吳珩潔(2002), 大臺北地區民眾休閒滿意度與幸福感之研究, 國立臺灣師範大學運動休閒與管理研究所未出版之碩士論文。吳淑文, 梁文嘉(1998), 導遊及領隊人員工作壓力、家庭壓力與休閒行為之關係, 戶外遊憩研究, 11(1), 23-42。吳雪梅(2010), 大學行政人員工作壓力、社會支持、休閒活動參與對其生活滿意度之研究, 私立大葉大學休閒事業管理研究所未出版之碩士論文。吳福輝(2007), 考試院及所屬機關公務人員工作壓力、工作滿足與離職傾向關係之研究, 國立政治大學行政管理研究所未出版之碩士論文。呂育誠(2006), 約聘與臨時人員管理制度變革之研究, 考銓季刊, 46, 64-79。沈進成, 曾慈慧, 吳雅筠(2008), 休閒對壓力是種壓抑或緩衝效果 - 壓力壓抑或緩衝模式之比較, 戶外遊憩研究, 21(4), 59-92。周文欽, 孫敏華, 張德聰(2004), 壓力與生活, 臺北:空大。周珮嫻(2008), 高科技從業人員對公司休閒活動提供滿意度與工作壓力紓解之研究, 私立大葉大學休閒事業管理研究所未出版之碩士論文。林欣慧(2002), 解說成效對休閒效益體驗之影響研究 - 以登山健行為例, 國立臺灣師範大學運動休閒與管理研究所未出版之碩士論文。林奕銘(2008), 組織變革中公務人員不確定性認知與組織承諾關係之研究-以行政院組織法修正為例, 國立虎尾科技大學學報, 27(3), 33-56。林英顏(2004), 員工工作投入、工作壓力與休閒需求關係之研究, 私立中國文化大學國際企業管理研究所未出版之博士論文。林恕暉(2010, June 21), 政府派遣工太多挨批, 自由時報(臺北), A13版。林慧櫻(2007), 休閒參與對公務人員工作績效影響之研究 - 以臺灣北部某縣政府公務人員為例, 國立宜蘭大學經營管理研究所未出版之碩士論文。邱祈豪(2006), 派遣勞動之我見, 臺灣勞工雙月刊, 4, 10-18。俞錫堅(2008), 休閒運動參與對紓解職場工作壓力之探討, 輔仁大學體育學刊, 7, 278-284。政府電子採購網(2010), 標的分類查詢, [線上資料], 來源: <http://web.pcc.gov.tw/prkms/prms-searchProctrgClient.do> [2010, April 13]。施能傑(1999), 人力運用的兩項趨勢 - 精簡與彈性化, 人事月刊, 28(4), 45-53。施能傑, 蔡秀涓(2003), 契約性人力運用之理論與現實, 公務人員月刊, 81, 15-26。施惠文(2005), 工作壓力、社會支持與工作績效之相關研究 - 以高雄市政府員工為例, 國立中山大學人力資源管理研究所未出版之碩士論文。徐菁(2005), 公務人員休閒活動參與之研究 - 以花蓮縣政府為例, 國立臺灣師範大學政治學研究所未出版之碩士論文。馬上鈞(2002), 休閒效益與生活壓力關係之研究 - 以高雄地區郊山登山者為例, 國立臺灣師範大學運動休閒與管理研究所未出版之碩士論文

。高俊雄(1995), 休閒利益三因素模式, 戶外遊憩研究, 8(1), 15-28。高俊雄(1999), 運動員休閒參與、休閒利益與自覺訓練效果之比較研究, 戶外遊憩研究, 12(3), 43-61。張惠瓊(2009), 公務人員職場社會支持與工作壓力、組織承諾關係之研究 - 以南投縣政府為例, 私立大葉大學人力資源暨公共關係學系碩士在職專班未出版之碩士論文。梁坤輝(2004), 政風人員工作壓力、因應策略與壓力反應關係研究, 國立中正大學犯罪防治所未出版之碩士論文。梁敏秀(2008), 地方稅務人員工作滿足、組織承諾與離職傾向之關聯性 - 桃園縣政府地方稅務局之個案研究, 私立銘傳大學公共事務學系碩士在職專班未出版之碩士論文。許旭助(2005), 工作壓力、工作滿足與生涯轉換傾向關係之研究 - 以內政部土地測量局測量人員為例, 國立中山大學人力資源管理研究所未出版之碩士論文。郭靜晃(2002), 心理學概論, 臺北:揚智。陳中雲(2001), 國小教師休閒參與、休閒效益與工作滿意之關係研究 - 以臺北縣公立國民小學教師為例, 國立臺灣師範大學運動與休閒管理研究所未出版之碩士論文。陳攸璋(2009), 我國公部門契約性人力運用之探討 - 以中央部會為例, 國立臺北大學公共行政暨政策研究所未出版之碩士論文。陳姿廷(2008), 情緒智力、工作壓力與工作滿足關係之研究 - 以派遣人員為例, 私立長榮大學企業管理研究所未出版之碩士論文。陳美惠, 林俊瑩, 黃任閔(2006), 臺灣地區民眾休閒活動參與之研究, 屏東教大體育, 10, 311-325。陳惠美, 王美晶(2009), 壓力下的休閒調適策略及其立即調適效果:不同家庭生命週期族群之比較, 戶外遊憩研究, 22(3), 31-56。陳葦諭(2003), 臺北市基層警察休閒參與對工作壓力關係之探討, 私立世新大學觀光研究所未出版之碩士論文。陳艷麗(2002), 臺南縣、市大專教師休閒參與型態、休閒活動參與項目滿意度之研究, 國立體育學院體育研究所未出版之碩士論文。陸洛(1997), 工作壓力之歷程:理論與研究的對話, 中華心理衛生學刊, 10(4), 19-51。揚志瑀(2004), 基層公務人員工作壓力與因應方式之研究 - 以新竹市政府所屬機關為例, 私立中華大學經營管理研究所未出版之碩士論文。游金玲(2006), 公務人員工作壓力與因應策略之研究 - 以彰化縣政府為例, 國立彰化師範大學工業教育與技術研究所未出版之碩士論文。馮意雄(2006), 工作壓力與休閒運動參與之研究 - 以臺北縣兼職行政教師為例, 國立臺灣師範大學體育研究所未出版之碩士論文。黃昭勇(2010, September 8), 2010年25縣市幸福城市大調查, 天下雜誌, 455, 138-144。黃美蓮(2009), 工作壓力、休閒調適與健康關係之研究 - 以花蓮縣政府員工為例, 國立東華大學高階經營管理碩士在職專班未出版之碩士論文。黃彩霖(2003), 醫院行政人員的人格特質、工作壓力、工作投入、專業承諾及工作績效之相關性研究, 私立南華大學管理研究所未出版之碩士論文。楊式昌(2007), 勞動派遣之概要觀念與說明, 技師月刊, 44, 73-79。楊朝安(2004), 人才派遣大革命, 臺北:才庫人力資源。葉智魁(1995), 工作與休閒 - 提昇生活素質的反省, 戶外遊憩研究, 8(2), 31-46。葉德豐, 劉紫娟, 柯瑞芬, 陳進堂, 王俊文(2005), 公立醫院非醫師正式人員與臨時聘僱人員之激勵態度、工作滿意度與離職傾向研究 - 以某公立區域醫院為例, 醫護科技學刊, 6(3), 243-259。詹中原(2000), 新公共管理:政府再造的理論與實務, 臺北:五南。詹中原(2005), 政府部門彈性用人之緣起與臺灣現狀之探討, 公務人員月刊, 105, 1-3。彰化縣政府主計處(2009), 各級機關學校員工總人數, [線上資料], 來源: http://www.chcg.gov.tw/accounting/07static/static01-con.asp?bull_id=5809[2010, May 3]。彰化縣政府主計處(2010), 彰化縣統計資料庫查詢系統, [線上資料], 來源: <http://gas.chcg.gov.tw/pxweb2007p/dialog/statfile9l.asp> [2010, November 1]。彰化縣政府招標中心(2010), 勞務類招標公告, [線上資料], 來源: http://www.chcg.gov.tw/index/bulletion/05main_01.asp?wrk_kind=2[2010, May 3]。劉盈足(2005), 公務員週末之休閒涉入與其休閒滿意度關係之探討 - 以彰化地區鄉鎮市公所為例, 私立大葉大學休閒事業管理研究所未出版之碩士論文。劉淑貞(2003), 員工特性與工作倦怠之關聯性研究 - 以技術學院行政人員為實證對象, 私立中原大學企業管理研究所未出版之碩士論文。劉雅惠, 劉偉文(2009), 護理人員情緒勞務、工作壓力與因應行為之相關性研究, 醫護科技期刊, 11(2), 98-115。蔡良文(2006), 政府改造與彈性用人政策, 考銓季刊, 46, 28-63。蔡祈賢(2006), 論公務人員之休閒活動, 考銓季刊, 45, 133-145。黎萬錫(2007), 企業員工休閒運動參與對工作壓力與職業倦怠之研究, 國立臺灣師範大學運動與休閒管理研究所未出版之碩士論文。蕭文龍(2009), 多變量分析, 臺北:碁峰。蕭呈恩(2008), 資訊人員工作壓力反應、職業倦怠與離職傾向之研究, 私立中原大學資訊管理研究所未出版之碩士論文。蕭雅瑛(2006), 公務人員工作壓力與因應策略之研究 - 以基隆市政府為例, 私立玄奘大學公共事務管理研究所未出版之碩士論文。應建民(2006), 使用非正職人員的程度對正職人員的勞資關係品質與工作保障的影響, 國立中央大學企業管理研究所未出版之碩士論文。謝文真(2001), 公務人員休閒態度之研究 - 以臺北地區為例, 國立臺灣師範大學三民主義研究所未出版之碩士論文。謝琇玲(2001), 休閒行為、工作壓力與工作績效之相關研究 - 以高科技產業員工為例(國科會, NO. NSC90-2416-H-214-011-SSS), 臺北:行政院國家科學委員會。藍采風(2003), 全方位壓力管理, 臺北:幼獅文化。蘇偉業, 林雪湘(2007), 人力派遣制度取代政府約聘僱人力的可行性研究:以高雄市為例, 公共事務評論, 8(2), 67-95。蘇維杉(2002), 現代休閒活動參與之社會學分析, 臺東師院學報, 13, 77-106。

二、英文部分 Bammel, G., & Burrus-Bammel, L. L. (1992). *Leisure and human behavior* (2nd ed.). Dubuque, IA: William C. Brown. Chubb, M., & Chubb, H. R. (1981). *One third of our time: An introduction to recreation behavior and resources*. New York: John Wiley & Sons. Coleman, D., & Iso-Ahola, S. E. (1993). *Leisure and health: The role of support and self-determination*. *Journal of Leisure Research*, 25(2), 111-128. Cooper, C. L., & Marshall, J. (1976). Occupational sources of stress: A review of the literature relating to coronary heart disease and mental ill health. *Journal of Occupational Psychology*, 49, 11-28. Cooper, C. L., Sloan, S. J., & Williams, S. (1988). *Occupational stress indicator management guide*. Windsor: NFER-Nelson. Driver, B. L., Brown, P. J., & Peterson, G. L. (1991). Research on leisure benefits: An introduction to this volume. In B. L. Driver, P. J. Brown, & G. L. Peterson (Eds.), *Benefits of leisure* (pp. 3-12). Stage College, PA: Venture Publishing. Dumazedier, J. (1974). *Sociology of Leisure*. Amsterdam: Elsevier. Ensel, W. M., & Lin, N. (1991). The life stress paradigm and psychological distress. *Journal of Health and Social Behavior*, 32(4), 321-341. Godbey, G. (1994). *Leisure in your life: An exploration* (4th ed.). State College, PA: Venture Publishing. Greenberg, J. S. (1983). *Comprehensive stress management*. Madison: Brown and Benchmark. Greenhalgh, L., & Rosenblatt, Z. (1984). Job insecurity: Toward conceptual clarity. *Academy of Management Review*, 9, 438-448. Handy, C. (2002). *The elephant and the flea: Reflections of a reluctant capitalist*. Boston: Harvard Business School Press. Iso-Ahola, S. E. (1980). *The social psychology of leisure and recreation*. Dubuque, IA: William C. Brown. Iso-Ahola, S. E., & Park, C. J. (1996). Leisure-related social support and self-determination as buffers of stress-illness relationship. *Journal of Leisure Research*, 28(3), 169-187. Iwasaki, Y., Mannell, R. C., Smale, B. J. A., & Butcher, J. (2002). A

short-term longitudinal analysis of leisure coping used by police and emergency response service workers. *Journal of Leisure Research*, 34(3), 311-339.

Kyriacou, C. (2001). Teacher stress: Directions for future research. *Educational Review*, 53(1), 26-35.

Lazarus, R. S. (1993). Coping theory and research: Past, present and future. *Psychosomatic Medicine*, 55, 234-247.

Lazarus, R. S., & Folkman, S. (1984). *Stress, appraisal and coping*. New York: Springer Publishing.

Lepak, D. P., & Snell, S. A. (1999). The human resource architecture: Toward a theory of human capital allocation and development. *Academy of Management Review*, 24, 31-48.

Mannell, R. C., & Kleiber, D. A. (1997). *A social psychology of leisure*. State College, PA: Venture Publishing.

Mannell, R. C., & Reid, D. G. (1999). Work and leisure. In E. L. Jackson & T. L. Burton (Eds.), *Leisure studies: Prospects for the twenty-first century* (pp. 151-165). State College, PA: Venture Publishing.

Mannell, R. C., & Stynes, D. J. (1991). A retrospective: The benefits of leisure. In B. L. Driver, P. J. Brown & G. L. Peterson (Eds.), *Benefits of leisure* (pp. 461-473). State College, PA: Venture Publishing.

Meichionno, R. (1999). The changing temporary work force. *Occupational Outlook Quarterly*, 43(1), 24-32.

Morris, C. (1990). *Contemporary psychology and effective behavior* (7th ed.). Glenview, IL: Scott, Foresman.

Ragheb, M. G., & Griffith, C. A. (1982). The contribution of leisure participation and leisure satisfaction to life satisfaction of older person. *Journal of Leisure Research*, 14(4), 295-306.

Robbins, S. P. (2001). *Organizational behavior* (9th ed.). New Jersey: Prentice-Hall.

Sarafino, E. P. (2002). *Health psychology: Biopsychosocial interactions* (4th ed.). New York: John Wiley & Sons.

Schermerhorn, J. R., Hunt, J. G., & Osborn, R. N. (1998). *Organizational behavior* (2nd ed.). New York: John Wiley & Sons.

Selye, H. (1956). *The stress of life*. New York: McGraw-Hill.

Sutherland, V. J., & Cooper, C. L. (1990). *Understanding stress: A psychological perspective for health professionals*. London: Chapman & Hall.

Torkildsen, G. (1999). *Leisure and recreation management* (4th ed.). New York: Spon Press.

Verduin, J. R., & McEwen, D. N. (1984). *Adults and their leisure*. Springfield, IL: Charles C. Thomas.