

# 登山步道參與者之認真休閒特質對其參與效益影響之研究-以田中地區八卦山登山步道為例

陳美蓉、李俊憲

E-mail: 374620@mail.dyu.edu.tw

## 摘要

本研究旨在探討登山步道參與者，認真休閒特質對其參與效益之影響。以前往八卦山脈南段田中地區登山健行，且年齡在十八歲以上民眾為研究對象，採量化研究方法。正式問卷合計發放回收為500份，剔除無效問卷後，得到有效問卷為427份，有效率85.4%，並以SPSS 12進行資料分析及研究假設驗證。本研究獲得研究結果為：1.登山步道參與者特質，以男性、已婚、51-60歲、專科大學教育程度者、當地居民、月收入20,001-40,000元、從事工商服務者最多。2.參與行為以每月登山4-6次、早上8點以前運動，一次61-120分鐘、與親戚與家人同行、身體感覺輕鬆、登山資歷6-10年者為最多。3.部分不同背景變項之參與者，在認真休閒特質有顯著差異；不同參與行為之參與者，在認真休閒特質上有顯著差異；部分不同背景變項之參與者，在參與效益有顯著差異；不同參與行為之參與者，在參與效益有顯著差異。4.參與者認真休閒特質，其「持久利益」對參與效益預測力最高。依研究結果，提出相關單位及後續研究者之具體建議，以提高參與者之認真休閒特質，強化參與行為。

關鍵詞：參與行為、認真休閒、參與效益

## 目錄

封面內頁 簽名頁 中文摘要 . . . . .	iii	英文摘要 . . . . .	iii
. . . . .	iv	誌謝 . . . . .	v
. . . . .	vi	圖目錄 . . . . .	viii
表目錄 . . . . .	ix	第一章 緒論 . . . . .	ix
. . . . . 1 第一節 研究背景與動機 . . . . .	1	. . . . . 1 第二節 研究目的與問題 . . . . .	1
. . . . . 5 第三節 研究範圍與限制 . . . . .	5	. . . . . 6 第四節 名詞釋義 . . . . .	7
第二章 文獻探討 . . . . .	9	第一節 休閒活動型態與登山步道類型 . . . . .	9
第二節 參與行為之定義與內涵 . . . . .	15	第三節 認真休閒之定義與內涵 . . . . .	19
參與效益之定義與內涵 . . . . .	25	第五節 相關實證與研究命題、假設 . . . . .	29
. . . . . 40 第一節 研究架構 . . . . .	40	第三章 研究方法 . . . . .	40
具 . . . . . 41 第三節 抽樣方法 . . . . .	41	第一節 研究工具 . . . . .	46
分析方法 . . . . . 48 第四章 研究結果與分析 . . . . .	48	第二節 研究工具 . . . . .	46
. . . . . 50 第一節 信度分析 . . . . .	50	第三節 抽樣方法 . . . . .	46
. . . . . 50 第二節 背景變項描述性統計分析 . . . . .	51	第四節 資料統計 . . . . .	46
描述性統計分析 . . . . . 53 第四節 認真休閒、參與效益敘述性統計分析 . . . . .	54	分析方法 . . . . .	48
. . . . . 56 第六節 小結 . . . . .	85	第四章 研究結果與分析 . . . . .	50
. . . . . 87 第一節 研究結果討論 . . . . .	87	第一節 信度分析 . . . . .	50
. . . . . 98 參考文獻 . . . . .	101	第二節 背景變項描述性統計分析 . . . . .	51
. . . . . 111		第三節 參與行為變項描述性統計分析 . . . . .	51
		第四節 認真休閒、參與效益敘述性統計分析 . . . . .	54
		第五節 假設驗證 . . . . .	56
		第六節 小結 . . . . .	85
		第五章 研究結果討論與建議 . . . . .	87
		第一節 研究結果討論 . . . . .	87
		第二節 結論與建議 . . . . .	87
		參考文獻 . . . . .	101
		附錄：正式問卷 . . . . .	101

## 參考文獻

中文部份 Godbey, G.(2006). Leisure in your life: An exploration (6th ed.)(休閒遊憩概論:探索生命中的休閒,葉怡矜、吳崇旗、王偉琴、顏伽如、林禹良譯),台北市:品度股份有限公司。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系碩士班未出版碩士論文,台中市。朱建福(2008),中部地區自行車活動參與者之深度休閒、社會支持對休閒涉入的影響,國立雲林科技大學休閒運動研究所未出版碩士論文,雲林縣。行政院體育委員會(2002),全民動起來-人口倍增計畫,國民體育季刊,36(4) 4-6。何鑫憲(2003),國民小學教師規律運動行為與其相關因素之研究-以台南縣為例,國立台南大學體育教育學系未出版碩士論文,台南市。余玥林、陳其昌(2003),深度休閒的意涵與效益,雲科大體育,6, 59-64。余璋齡(2009),大台北地區自行車參與者休閒態度與休閒效益之相關研究,國立台灣師範大學體育學系未出版碩士論文,台北市。吳萬益(2000),企業研究方法,台北市:華泰文化公司。吳崇旗、王偉琴(2006),大學生休閒參與、休閒滿意度與主觀幸福感之相關研究,台灣體育運動管理學報,4, 154-169。吳宗瓊(2007),休閒遊憩需求與效益,歐聖榮總編,休閒遊憩:理論與實務,新北市,前程文化事業有限公司,362-383。吳亮慶(2010),登山

健行者休閒參與與休閒效益之研究，國立屏東教育大學體育學系教學碩士班未出版碩士論文，屏東縣。吳科驊(2006)，登山健行者休閒參與動機、持續涉入、休閒效益與幸福感之相關研究，國立台灣體育學院體育研究所未出版碩士論文，台中市。呂富惠(2008)，休閒運動之參與動機與休閒效益關係之研究，休閒產業管理學刊，1(1)，41-53。李政道(2006)，羽球場館消費者參與動機與參與行為之研究，成大體育，39(1)，28-43。李炳昭、陳一之(2009)，登山步道遊憩吸引力、服務品質、遊客滿意度與忠誠度影響模式建構之研究，休閒產業管理學刊，2(2)，48-65。李炳昭、陳秋雲(2009)，論述休閒活動與休閒運動，國立台中教育大學體育學系學刊，4，48-57。李素馨、蘇超群(1999)，大坑登山步道遊憩環境與選擇行為關係之研究，戶外遊憩研究，12(4)，21-42。李瑋琪(2007)，單車旅遊者之社會資本與深度休閒關係研究，私立逢甲大學景觀與遊憩研究所未出版碩士論文，台中市。李德仁(2009)，認真休閒者之潛水休閒利益，北體學報，18，99-110。沈宛霖(2009)，橄欖球球員認真休閒特質與球場環境屬性偏好關係之研究，私立逢甲大學土地管理學系碩士班未出版碩士論文，台中市。林明德(2010)，建構自行車參與者認真性休閒與休閒效益之關係：休閒態度、流暢體驗所扮演的角色，國立澎湖科技大學觀光休閒事業管理研究所未出版碩士論文，澎湖縣。林宗聖(2000)，陽明山國家公園自導式步道傳奇，新北市：人人月曆公司。林宜蔓(2004)，游泳者持續參與在休閒效益與幸福感之研究，國立雲林科技大學休閒運動研究所未出版碩士論文，雲林縣。林昌國、武為瓊(2007)，運動休閒俱樂部，消費者參與行為差異之研究——以聯園活動中心為例，中華人文社會學報，6，118-136。林欣慧(2001)，解說成效對休閒效益體驗之影響研究——以登山健行為例，國立台灣師範大學運動與休閒管理研究所未出版碩士論文，台北市。林珊如(2005)，深度休閒與資訊行為研究，圖書資訊學刊，3(1/2)，15-22。林益生(2009)，高齡者樂在學習之深度休閒經驗個案研究，國立暨南國際大學成人與繼續教育研究所未出版碩士論文，南投縣。洪佑賢(2011)，台中縣東豐自行車綠廊、后豐鐵馬道自行車騎乘者參與動機、滿意度與休閒效益關係之研究，國立東華大學體育與運動科學系未出版碩士論文，花蓮縣。洪煌佳(2001)，突破休閒活動之休閒效益研究，國立台灣師範大學運動休閒與管理研究所未出版碩士論文，台北市。施進義(2008)，高高屏國小教師休閒參與與人際關係之研究，國立屏東教育大學未出版碩士論文，屏東縣。范智明(2008)，自行車運動觀光參與者之社會資本、深度休閒及心流體驗之研究，國立台灣師範大學體育學系未出版碩士論文，台北市。夏淑蓉、謝智謀(2002)，這個世界需要認真休閒，大專體育，62，163-167。徐欽賢(2010)，大專生直排輪曲棍球參與者休閒涉入與認真休閒效益關係之研究，休閒事業研究，8(2)，68-82。翁嘉苓(2010)，高齡者參與學習動機和老化態度對參與行為影響之研究，國立台北大學金融與合作經營學系未出版碩士論文，台北市。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，國立師範大學運動與休閒管理研究所未出版碩士論文，台北市。高立學(2011)，台灣民眾最多人參與的休閒活動類型之分析——以1985年到2007年為例，中華體育季刊，25(1)，22-30。高俊雄(1993)，休閒參與體驗形成之分析，戶外遊憩研究，6(4)，1-12。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。曹正、李瑞瓊(1992)，觀光地區遊憩活動設施規劃設計個案(上?)，台北市：交通部觀光局。張孝銘、潘振豪(2009)，大型重型機車騎士深度休閒、遊憩專業化、參與報酬、對運動觀光參與行為影響之研究，運動休閒管理學報，6(2)，20-34。張良漢(2008)，建構登山健行者休閒利益與休閒滿意之關係：休閒內在動機、休閒體驗所扮演的角色，大專體育學刊，10(3)，27-40。張良漢、吳崇旗、王偉琴(2006)，登山健行經驗對活動參與之研究，大專體育學刊，8(4)，37-49。張宗昌、余智生(2008)，走路運動之休閒效益探討，嶺東體育暨休閒學刊，6，137-148。張耿介、陳文長(2004)，休閒社會學，台北縣：新文京開發公司。張春興(1985)，心理學，台北市：東華書局。張宮熊(2002)，休閒事業概論，台北市：揚智文化事業。許泰彰(1999)，國小教師運動行為及其相關因素之研究，國立體育學院體育研究所未出版碩士論文，桃園縣。許惠玲(2008)，參與登山健行之高齡者其休閒涉入、休閒效益及幸福感關係之研究——以高雄縣市郊山為例，國立嘉義大學休閒事業管理研究所未出版碩士論文，嘉義市。郭育任、王正平、徐宜歆(2007)，台灣步道使用困難度分級之研究，全國登山研討會論文集，2007，85-102。陳仁精、鍾志強(2009)，休閒運動態度與休閒運動參與行為關係之研究，雲科大體育，11，81-90。陳建安(2008)，臺北市綜合公園晨間運動者深度休閒與休閒效益之研究，臺北市立教育大學體育學系體育教學未出版碩士論文，台北市。陳春安(2011)，路跑運動參與者流暢體驗與休閒效益之關係研究，輔仁大學體育學刊，10，230-244。陳梅君(2008)，自行車參與者遊憩動機、深度休閒與遊憩專門化關係之研究，私立朝陽科技大學休閒事業管理系未出版碩士論文，台中市。陳嘉雯(2006)，登山健行活動之登山客持續涉入、休閒效益與幸福感關係之研究，私立銘傳大學觀光研究所未出版碩士論文，台北市。陳慧玲、廖佳慧(2011)，認真休閒、遊憩專門化與流暢體驗之關係探討——以自行車活動騎乘者為例，休閒運動健康評論(ISSN)，3(1)，28-43。陳錫平(2008)，中部地區自行車活動參與者的休閒態度、深度休閒對休閒效益的影響，國立雲林科技大學休閒運動研究所未出版碩士論文，雲林縣。陳鴻雁(2000)，台灣地區青少年參與休閒運動現況之研究，大專體育，48，75-81。游昌憲(2009)，自行車環島者生活型態、深度休閒與知覺風險之研究，國立台灣師範大學體育學系未出版碩士論文，台北市。馮麗花(1998)，運動性休閒活動初探，大專體育，35，103-109。黃于庭(2008)，登山健行者早期戶外遊憩經驗與戶外環境行為之研究，運動休閒管理學報，5(2)，60-72。黃文玲(2011)，認真性休閒與持續涉入之研究——以自行車隊為例，私立大葉大學管理學院碩士在職專班未出版碩士論文，彰化縣。楊原芳(2004)，內在休閒動機、認真型休閒特性與最適體驗關係之研究——以高爾夫球運動為例，私立中國文化大學觀光休閒事業管理研究所未出版碩士論文，台北市。楊原芳、徐靜輝(2007)，最適體驗量表之發展——以體育運動與休閒活動之體驗感受評價，明新學報，33，89-103。溫世頌(2000)，心理學，台北市：三民書局。劉虹伶(2005)，深度休閒者之休閒效益，大專體育，78，116-122。劉豐源(2009)，跆拳道品勢運動之參與動機、專門化與深度休閒關係之研究，國立雲林科技大學休閒運動研究所未出版碩士論文，雲林縣。蔡宏進(2004)，休閒社會學，台北市：三民書局。蔡坤洲(2008)，休閒網球參與者之深度休閒、休閒承諾對自發性表現行為之影響，國立雲林科技大學休閒運動研究所未出版碩士論文，雲林縣。鄭天福(2009)，土城市登山步道參與者休閒涉入與休閒效益關係之研究，國立台北教育大學體育學系體育教育碩士班未出版碩士論文，台北市。賴奕雄(2009)，大專學生參加直排輪運動之個人背景、動機以及休閒效益研究，國立屏東教育大學體育學系碩士班未出版碩士論文，屏東縣。賴雅琴(2004)，遊客對登山步道環境屬性偏好及滿意度之探討——以奮起湖大凍山步道為例，國立嘉義大學林業暨自然資源研究所未出版碩士論文，嘉義市。戴良全(2002)，北縣國小教師運動行為及其相關因素之研究，國立台灣師範大學體育學系未出版碩士論文，台北市。謝彥君譯(2010)，休閒社會心理學，北京市：中國旅遊出

版社。顏妙桂等譯(2004)，休閒教育訓練手冊，台北市:幼獅文化。英文部分 Bammel, G & Burrus-Bammel, L. L.(1992). Leisure and human behavior (2nd ed.). Dubuque, IA: Wm. C. Brown Publishers. Buchanan, T. (1985). Commitment and leisure behavior a theoretical perspective. Leisure Sciences, 7(4), 401-420. Driver, B.(1997). The defining moment of benefits. Parks & Recreation, 32(12), 38-41. Driver, B. L., & Bruns, D. H. (1999). Concepts and uses of the benefits approach to leisure. In E. L. Jackson & T. L. Burton( Eds.), Leisure studies (pp.349-368). State College, PA: Venture Publishing. 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). State College, PA: Venture Publishing. Driver, B. L., Tinsley, H. E. A., & Manfredro, M. J. (1991). The paragraphs about leisure and recreation experience preference scales: Results from two inventories designed to assess the breadth of the perceived psychological benefits of leisure. In B. L. Driver, P. J. Brown, & G. L. Peterson(Eds.), Benefits of leisure (pp.263-287). State College, PA: Venture Publishing. Iso-Ahola. S.E. (1980). The social psychology of Leisure and recreation. Dubuque, IA: Wm. C. Brown. Long, B. C., & Haney, C. J.(1986). Enhancing physical activity in sedentary women: Information, locus of control, and attitudes. Journal of Sport Psychology, 8, 8-24. Nash, J.(1953). Philosophy of recreation and leisure. Dubuque, IA: William C. Brown. Ragheb, M. G., & Griffith, C. A. (1982). The contribution of leisure participation and leisure satisfaction to life satisfaction of older persons. Journal of Leisure Research, 14(4), 295-306. Russell, R. V. (2002). Pastimes: The context of contemporary leisure. Champaign, IL: Sagamore Publishing. Stebbins, R. A. (1982). Serious leisure:A conceptual statement. paciological review, 25, 251-272. Stebbins, R. A. (1999). Serious leisure. In E.L. Jackson, & T.L. Burton ( Eds.), Leisure studies: Prospects for the twenty-first century ( pp. 69-79). State college, PA: Venture publishing. Stebbins, R. A. (2004). Between work and leisure: The common ground of two separate worlds. NJ: Transaction Publishers. 網路部分 太魯閣國家公園網站(2012)，步道分類說明〔線上資料〕。 <http://www.taroko.gov.tw/zhTW/Content.aspx> 玉山國家公園網站(2012)，登山資訊總覽〔線上資料〕。 <http://www.ysnp.gov.tw/mountaineering.aspx> 交通部觀光局網站(2012)，中華民國九十九年國人旅遊狀況調查〔線上資料〕。 <http://admin.taiwan.net.tw/upload/statistic/> 行政院主計處網站(2012)，2004年社會發展趨勢調查〔線上資料〕 <http://win.dgbas.gov.tw/dgbas03/ca/society/time-93/index.htm> 林務局(2012)，台灣山林悠遊網〔線上資料〕 <http://recreation.forest.gov.tw/>