

# 和太鼓教育課程對自我概念影響之研究-以台中一技術學院學生為例

張秋禹、李維靈、莊麗君

E-mail: 9421103@mail.dyu.edu.tw

## 摘要

社會大眾日漸重視休閒議題，但未必表示休閒品質的實質提升。因此休閒教育之倡導與推廣，值得重視。大學階段是探索個人心性、認識自我、適應社會的重要關鍵時期，本研究目的在於探討應用和太鼓教育課程於休閒教育，對大學生自我概念之影響。研究對象為中部一技術學院之學生，對象皆為女生且將學生分為兩組，以參加和太鼓課程之74名學生為實驗組，而未參加之81名學生為對照組，共155名研究對象。採用自我概念量表為研究工具，於和太鼓課程實施前、後，分別對實驗組與控制組施以前測與後測，資料分析採用統計之共變數分析法(ANCOVA)。根據研究結果發現，在實驗組學生參加和太鼓課程後，自我概念之自我認知、學業成就、情緒管理、適應能力、家庭關係、社交互動六構面中，除學業成就與適應能力外，其他四項均有所提升或改善。最後就研究結果並針對自我概念、研究對象、課程設計等部分加以討論，且提出數項建議作為政府相關單位、休閒相關系所及後續研究之參考。

關鍵詞：休閒教育.和太鼓.自我概念

## 目錄

封面內頁 簽名頁 授權書 iii 中文摘要 v 英文摘要 vi 誌謝 vii 目錄 viii 圖目錄 x 表目錄 xi 第一章 緒論 1 第一節 研究背景與動機 1 第二節 研究目的與假設 3 第三節 名詞釋義 4 第四節 研究範圍與對象 5 第二章 文獻探討 7 第一節 休閒教育 7 第二節 休閒效益 15 第三節 自我概念 25 第四節 和太鼓課程 34 第三章 研究方法 40 第一節 研究架構與假設 40 第二節 研究設計與操作型定義 42 第三節 施測方法 50 第四節 資料分析方法 52 第四章 研究結果 53 第一節 敘述性統計 53 第二節 研究假設驗證 55 第五章 討論與建議 59 第一節 研究結果摘要 59 第二節 結論與討論 61 第三節 建議 63 參考文獻 66 一、中文部分 66 二、英文部分 73 附錄一 自我概念正式問卷 76 附錄二 和太鼓課程實施日誌 80 圖目錄 圖2-1 休閒教育課程活動規劃 12 圖2-2 打鼓預備姿勢 39 圖2-3 和太鼓課程進行1 39 圖2-4 和太鼓課程進行2 39 圖3-1 研究架構圖 41 圖3-2 自我概念構面架構圖 47 表目錄 表2-1 和太鼓課程規劃內容 14 表2-2 休閒效益之分類表 25 表2-3 自我概念意涵之相關研究表 27 表2-4 自我概念分類之相關研究表 31 表3-1 和太鼓課程設計 43 表3-2 自我概念衡量構面題項表 46 表3-3 問卷預試修正對照表 49 表4-1 自我概念信度分析表 54 表4-2 受試者自我概念前後測平均值及ANCOVA檢測結果 56 表5-1 研究假設驗證結果摘要表 60

## 參考文獻

- 一、中文部分 1. 十鼓擊樂團。(2005)。謝十鼓技術擊樂團。2005年3月25日，取自 <http://www.ten-hsieh.com.tw/chinese/main.htm> 2. 大紀元文化網。(2000)。樂器介紹，鼓類樂器。中國大陸:大紀元。2000年8月16日，取自：<http://www.epochtimes.com/b5/1/8/17/c3380.htm> 3. 王建堯。(2001)。九年一貫課程中「休閒教育」的探討。台灣教育，(602)，28-32。
4. 田瑞良、陳鎰明。(2003)。休閒教育在大專院校的實施策略。雲科大體育，(6)，130-136。
5. 朱宗慶打擊樂團。(2004)。案例015 號:朱宗慶打擊樂團。臺北市:財團法人國家文化藝術基金會。2004年1月19日，取自：[http://www.ncafroc.org.tw/news/index\\_news.asp?ser\\_no=136](http://www.ncafroc.org.tw/news/index_news.asp?ser_no=136) 6. 江玉卉。(2003)。實施休閒教育影響國中學生自我效能感之研究。國立台灣師範大學公民教育與活動領導學系碩士論文。
7. 余嬪。(1997)。提高全民休閒素養，由加強休閒教育開始。教育研究雙月刊，(55)，6-9。
8. 余嬪。(2000)。休閒教育的實施與發展。大葉學報，9(2)，1-13。
9. 呂雨晴。(1999)。淺析休閒教育之內容。台灣體育，(103)，5-9。
10. 呂建政。(1996)。倡導休閒教育與輔導，健全青少年身心發展。測驗與輔導，(137)，2818-2821。
11. 呂建政。(1999)。休閒教育的課程內涵與實施。公民訓育學報，(8)，181-196。
12. 李杰禧。(2002)。藝術教育治療的實施對國小中年級學童自我概念與同儕關係之影響。臺北市立師範學院視覺藝術研究所碩士論文。
13. 宋幸蕙。(1999)。台灣地區國民中學教師對「休閒教育」課程期望之研究。國立台灣師範大學公民訓育研究所碩士論文。
14. 宋幸蕙。(2000)。台灣地區國民中學教師對「休閒教育」課程期望之研究。公民訓育學報，(9)，337-365。
15. 汪彥青、林芳蘭、吳佳慧、張乃文、張初穗、蔡安悌、蕭斐璘、章華、徐綺翠、陳綺慧、謝學恕和謝馥年(2002)。音樂治療。臺北:先知出版社。
16. 邱皓政。(2000)。量化研究與統計分析。臺北:五南。
17. 周盛勳。(2002)。班級輔導之情緒教育課程:對國小六年兒童情緒智力、自我概念及生活適應之輔導效果。國立師範學院進修暨推廣部教師在職進修國民教育研究所碩士論文。
18. 周榛嫻。(2001)。銳變的青春 - 青少年自我概念形成原因之兩性差異。臺北市立師範學院學報，(32)，375-396。
19. 周鳳琪。(2001)。淺談國小休閒教育之實施。台灣教育，(602)，17-20。
20. 林邦傑。(1970)。田納西自我概念量表指導手冊。臺北:正昇教育科學社。
21. 林東泰。(1994)。休閒教育與其宣導策略之研究。臺北:師大書苑發行。
22. 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。國立台灣師範大學運動與休閒管理研究所碩士論文。23. 林家屏。(2002)。青少年自我概念與行為困擾之相關研究。國立成功大學教育研究所碩士論文。24. 范靖惠。(1999)。休閒覺知自由與青少年自我概念之相關研究。國立高雄師範大學輔導研究所碩士論文。25. 侯雅齡。(1998)。國小學童自我概念量表編製及其相關因素研究。國立高雄師範大學輔導學系碩士論文。26. 姜得勝。(1998)。休閒教育重要性之探究。台灣省學校體育, (46), 54-59。27. 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與休閒管理研究所碩士論文。28. 徐易男。(2003)。淺析青少年休閒教育的輔導與實施。學生事務, 42(1), 58-60。29. 柴松林。(1996)。休閒時代, 學習社會。北縣教育, (14), 33-38。30. 高俊雄。(1995)。休閒利益三因素模式。戶外遊憩研究, 8(1), 15-28。31. 涂淑芳譯(G. Bammel & L. L. Burrus-Bammel 著)。(1996)。休閒與人類行為。臺北:桂冠。32. 教育部(1989)。教育部休閒教育(追求美好人生系列)實施計畫。(民78)台(78)社字第一八六五0號公文。- 69 - 33. 張孝銘、周宏室。(2003)。大學院校休閒教育課程實施之架構與規劃。國立體育學院論叢, 14(1), 13-22。34. 張思敏。(1997)。休閒教育融入台灣地區大學體育課程之探討。台大體育學報, (1), 195-214。35. 張春興。(1989)。張氏心理學辭典。臺北:東華。36. 張盈婷。(1996)。休閒教育的重要性。輔導體育, (46), 22-23。37. 張翠珠。(2001)。高屏地區大學生休閒參與、休閒教育需求及其相關因素之探討。國立屏東師範學院國民教育研究所碩士論文。38. 郭金芳。(2002)。美國休閒治療之分析。中華體育, (16), 110-117。39. 郭為藩。(1979)。自我心理學。台南:開山書局。40. 郭為藩。(1996)。自我心理學。臺北:師大書苑發行。41. 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。國立台灣師範大學運動與休閒管理研究所。42. 陳怡伶。(2003)。臺北縣高中職學生的自我概念與政治態度關係之現況。國立台灣師範大學公民教育與活動領導學系在職進修碩士班論文。43. 陳易芬。(1995)。台中師院一年級學生自我概念及其與學業成績相關之研究。台中師院學報, (9), 61-95。44. 陳金春。(2001)。九年一貫學校本位課程發展-以吳興國小健康與體育為例。臺北市立師範學院國民教育研究所碩士論文。- 70 - 45. 陳美伶。(2003)。生命教育融入英文教學對高中生自尊、自我概念、英語學習動機之影響研究。國立師範大學教育學系碩士論文。46. 陳皆榮。(1997)。青少年冒險性挑戰活動實驗之研究-以自我概念與焦慮。臺北:立昌。47. 陳宣蓉。(2003)。音樂治療活動應用於智能障礙兒童自我概念及人際關係之研究。國立屏東師範學院音樂教育學研究所碩士論文。48. 陳國臨。(2001)。關於鼓舞。C.P.M. 中華音體教育發展協會。49. 陳敬能。(1998)。週休二日對運動休閒教育之啟示。大專體育, (40), 131-135。50. 陳樹華。(2000)。端正休閒風氣, 由落實休閒教育做起。實中學刊, (13), 184-191。51. 陳鑑明。(2002)。休閒的重要性。教學與研究, (5), 68-72。52. 陸雅青。(2000)。藝術治療團體實務研究-以破碎家庭兒童為例。臺北:五南。53. 游又嘉。(2004)。休閒教育之成效與休閒滿意度之探討 - 以大葉大學和彰師大學生為例。大葉大學休閒事業管理研究所碩士論文。54. 黃政義。(2002/11/4)。鼓動希望舞出色彩, 學子鼓舞震撼人心。澎湖日報, 第一版。55. 黃清雲。(1998)。談我國休閒教育未來的發展與規劃。台灣省學校體育, (47), 32-39。- 71 - 56. 葉莉瑄。(2003)。藝術治療團體對學習障礙兒童的人際關係與自我概念之影響。國立屏東師範大學國民教育研究所碩士論文。57. 楊茹音。(2002)。生涯探索團體輔導對國小學童職業自我概念和生涯覺察能力之輔導效果。國立屏東師範學院教育心理與輔導學系碩士論文。58. 趙曉美。(2001)。自我概念多層面階層結構之驗證暨增進自我概念之實驗效果。國立台灣師範大學教育心理與輔導研究所博士論文。59. 潘源。(1989)。體育教學原理綜論。臺北:經世。60. 劉子利。(2000)。台灣休閒教育初探。社會教育學刊, (29), 221-247。61. 劉子利。(2001a)。休閒教育的歷史發展。社會教育學刊, (30), 177-202。62. 劉子利。(2001b)。休閒教育的意義、內涵、功能及其實施。戶外遊憩研究, 14(1), 33-53。63. 劉子利。(2002)。成人休閒教育的推展策略。社交雙月刊, (110), 21-24。64. 劉焜輝。(1994)。音樂治療的理論與實施(一)。諮商與輔導, (104), 21-25。65. 蔡貞雄。(1997)。國小體育教學研究。臺北:五南。66. 盧俊宏。(2002)。規律運動、心理健康和生活品質。國民體育季刊, 31(1), 60-73。- 72 - 67. 謝琇玲。(1999)。大學生自我概念、情緒穩定與學習之相關問題研究。生活科學學報, (5), 1-22。68. 顏妙桂。(1994)。休閒與教育。台灣教育, (523), 15-17。69. 顏妙桂。(1999)。現代公民的休閒生活教育 - 論學校休閒教育之實施。人文及社會學科教學通訊, 9(2), 21-36。70. 蘇迺棻、陳其昌。(2003)。論述階層性自我概念模式與健身運動的關係。雲科大體育, (6), 81-87。- 73 - 二、英文部分 1. Austin, D. R., & Crawford, M. E. (1996). Therapeutic recreation: An introduction (2nd ed.). Boston: Allyn & Bacon. 2. Ajzen, I. (1991). The Theory of Planned Behavior. Organizational Behavior and Human Decision Processes, (50), 179-211. 3. Bender, M., Brannan, S. A., & Verhoven, P. J. (1984). Leisure education for the handicapped: Curriculum goals, activities, and resources. CA: College-Hill Press. 4. Bruscia, K. (1989). Improvisational Models of Music. Springfield, IL: Charles C Thomas. 5. Carter, M. J., Van Andel, G. E. & Robb, G. M. (1990). The therapeutic recreation: A practical approach. Prospect Heights, IL: Waveland Press. 6. Cooley, C. H. (1902). Human nature and social order. New York: Scribner's. 7. Dattilo, J. (1999). Leisure education program planning: A system approach (2nd ed). State College, PA: Venture Publishing, Inc. 8. Dattilo, J., & Murphy, W. D. (1991). Leisure education program Planning: A system approach. State college, PA: Venture. 9. Driver, B. (1997). The defining moment of benefits. Parks & Recreation, 32(12), 38-41. 10. Driver B. L., Brown, P. J. & Peterson, G. L. (1991). Benefits of leisure, Venture Publishing, Inc. State College. - 74 - 11. Fitts, W. H. (1965). Manual of Tennessee department of mental health self concept scale. Nashville, Tennessee Counselor Recording and tests. 12. Haggard, L. M. and Williams, D. R. (1991). Self-identity benefits of leisure activities. In B. L. Driver, P. J. Brown & L. Peterson (Eds.), Benefits of leisure, 103-119. State Collage, PA: Venture Publishing, Inc. 13. Iso-Ahola, S. E. (1980). The social psychology of leisure and recreation. Dubuque, IA: Wm. C. Brown Company. 14. Kelly, J. R. (1990). Leisure (2nd ed.). Englewood Cliffs, NY: Prentice Hall. 15. Kelly, J. R. (1996). Leisure (3rd ed.). Boston: Allyn & Bacon. 16. Kleiber, D. (1981). Leisure-based education. Leisure Information, 4(7), 3-4. 17. Kleiber, D. A. and Rickards, W. H. (1985). Leisure and recreation in adolescence: limitation and potential. In M. G. Wade (Ed.), Constraints on leisure, 289-317. Springfield IL: Thomas. 18. Mannel, 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, 461-473. Stage College, PA: Venture Publishing. 19. Marsh, H. W., & Ptart, N. D. (1988). Competitive and cooperative physical fitness training programs for girl: effects on physical fitness and multidimensional self-concept. Journal of Sports & Exercise Psychology, 10, 390-407. - 75 - 20. Mead, G. H. (1934). Mind, self and society. Chicago: University of Chicago Press. 21.

National Recreation and Park Association. (1975). Leisure education advanced project (LEAP). Arlington, VA: NRPA. 22. Peterson, C. A., & Gunn, S. C. (1984). Therapeutic recreation program design. Englewood Cliffs, NJ: Prentice-Hall. 23. Russell, R. V. (1982). Planning Programs in recreation, The C. V. Mosby Company. 24. Wankel, L. M. Berger, B. G. (1991). The personal and social benefits of sport and physical activity. In B. L. Driver, P. J. Brown & G. L. Peterson (Eds.), Benefits of leisure, 121-144. State College, PA: Venture Publishing, Inc. 25. Waller, D. & Gilroy, A. (1994). Art therapy. A handbook. Buckingham: Open University Press.