

# 大學圖書館休閒認知、休閒阻礙與休閒效益之相關研究

陳珠淑、邊瑞芬

E-mail: 9421221@mail.dyu.edu.tw

## 摘要

本研究是針對大學圖書館員休閒認知、休閒阻礙與休閒效益之關係，進行實證調查分析。研究採分層叢集抽樣(Cluster Sampling)，以結構式郵寄問卷調查方式，共發出350份問卷，回收303份問卷(回收率達86.6%)，經整理回收問卷，有效問卷計262份(有效問卷率達74.9%)，依此資料分別進行統計分析，包含描述性統計分析(Descriptive Statistical Analysis)、因素分析(Factor Analysis)、單因子變異數分析(One-way ANOVA)等。分析結果摘要如下：一、休閒認知透過因素分析，得自我成長型、身心健康型、成就價值型、人際社交型。因素分析解釋變異量(Explained Variance)百分比各為39%、14%、9%與6%，大學圖書館員的休閒認知以自我成長型居最高，依次為身心健康型、成就價值型、人際社交型。二、休閒阻礙透過因素分析，得人際阻礙、個人內在阻礙、結構阻礙，因素分析解釋變異量(Explained Variance)百分比各為43.8%、9.3%、7.5%，大學圖書館員的休閒阻礙以人際阻礙為最大，依次為個人內在阻礙、結構阻礙。三、休閒效益透過因素分析，得心智效益、家庭效益、社交效益、生理效益，因素分析解釋變異量(Explained Variance)百分比各為38.8%、13.7%、8.2%與7.2%，大學圖書館員的休閒效益以心智效益為最大，依次為家庭效益、社交效益與生理效益。- iii - 四、不同人口特性的大學圖書館員在休閒認知上，教育程度、個人平均月收入有顯著差異，性別、年齡、婚姻狀況、家庭平均年收入、擔任職務、工作狀況則無顯著差異。五、不同人口特性的大學圖書館員在休閒阻礙上無顯著差異。六、不同人口特性的大學圖書館員在休閒效益上，年齡、婚姻狀況有顯著差異，性別、教育程度、個人平均月收入、家庭平均年收入、擔任職務、工作狀況皆無顯著差異。七、在休閒認知與休閒阻礙上，有顯著低度正相關關係；在休閒認知與休閒效益上，有顯著中度正相關關係；在休閒阻礙與與休閒效益上，無顯著相關關係。最後就研究結果進行綜合討論，並提出相關建議。

關鍵詞：休閒活動、休閒認知、休閒阻礙、休閒效益

## 目錄

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.....6
第三節 名詞解釋.....7	第四節 研究對象與範圍.....9	第二章 文獻探討.....10
第一節 休閒與休閒活動.....10	第二節 休閒認知及相關文獻研究.....20	第三節 休閒阻礙及相關文獻研究.....22
第四節 休閒效益及相關文獻研究.....27	第三章 研究設計.....33	第一節 研究架構.....33
第二節 研究工具.....34	第三節 研究對象與抽樣方法.....37	第四節 資料處理與分析.....39
第四章 研究結果.....42	第一節 樣本特性描述.....42	第二節 因素分析與信度分析.....46
第三節 休閒認知、休閒阻礙與休閒效益差異分析.....53	第四節 休閒認知、休閒阻礙與休閒效益相關分析.....70	第五章 結論與建議.....74
第一節 研究結論.....74	第二節 建議.....79	參考文獻.....83
一、中文部份.....83	二、英文部份.....89	三、網站資料.....92
附錄一 大學圖書館名錄.....93	附錄二 正式問卷.....97	

## 參考文獻

1. 方進隆(1997)。教師體適能指導手冊。台北:台灣師範大學。
2. 王中一(1987)。我國大學圖書館的組織體系與編制。台北市立圖書館訊，四卷四期，頁11-22。
3. 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。朝陽科技大學休閒事業管理所碩士論文，未出版，台中縣。
4. 行政院體委會(1999)。我國青少年休閒運動現況、需求暨發展對策之研究。台北:行政院體委會。
5. 朱宏源(1999)。撰寫博碩士論文實戰手冊。台北:正中。
6. 李文題(2001)。國中教師的代間流動及影響其休閒參與之因素研究。朝陽科技大學休閒事業管理所碩士論文，未出版，台中縣。
7. 李金泉(1997)。SPSS/PC+實務與應用統計分析。台北:松崗。
8. 李明宗(1988)。人與休閒:遊憩哲學。戶外遊憩研究，2卷2期，頁1-12。
9. 李明宗(1994)。休閒、觀光、遊憩論文集。戶外遊憩研究，台北:地景。
10. 李素馨(1997)。都市女性休閒類型與休閒阻礙。戶外遊憩研究，10卷1期，頁43-68。
11. 沈易利(1995)。台中地區勞工休閒運動需求研究。

國立體育學院體育研究所碩士論文，未出版，桃園縣。12. 沈易利(1999)。台灣省民休閒運動參與動機與阻礙因素之研究。國立體育學院體育學報，第四期，頁319-370。13. 吳明隆(2003)。SPSS統計應用學習實務：問卷分析與應用統計。台北：知誠數位科技。14. 吳佳玲(2003)。觀光業職業婦女角色衝突、休閒阻礙與休閒活動參與之研究。南華大學旅遊事業管理研究所碩士論文，未出版。嘉義縣。15. 吳淑玲(1996)。青少年休閒之道。台灣教育月刊，546期，頁36-39。16. 金敏玲(2001)。提升女性行為休閒活動之策略。國民體育季刊，30卷第二期，頁130-136。17. 林妙樺(2002)。在我國專門圖書館館員工作焦慮之研究。國立政治大學圖書資訊研究所碩士論文，未出版，台北市。18. 林欣慧(2002)。登山健行的休閒效益之研究。國立台灣師範大學運動休閒與管理研究所碩士論文，未出版，台北市。19. 林晏州(1984)。遊憩者選擇遊憩區行為之研究。都市計劃，第十卷，頁33-49。20. 洪煌佳(2002)。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碩士論文，未出版，台北市。21. 高俊雄(1995)。休閒利益三因素模式。外遊憩研究，第八卷第一期，頁15-26。22. 修慧蘭(1986)。台北市就業者的休閒狀況與休閒倫理概念。國立政治大學心理學研究所碩士論文，未出版，台北市。23. 涂淑芳(1996)。休閒與人類行為。(G. Bammel & L. L. Burrus-Bammel原著)。台北：桂冠。24. 馬上鈞(2002)。休閒效益與生活壓力關係之研究—以高雄地區郊山者為例。國立台灣師範大學運動休閒與管理研究所碩士論文，未出版，台北市。25. 馬惠娣(2000)。走向自由—休閒社會學新論。(John R. Kelly原著)。昆明：雲南人民。26. 梁玉芳(2004)。彰化地區國中教師休閒活動參與和休閒阻礙因素之探討。大葉大學休閒事業管理研究所碩士論文，未出版，彰化縣。27. 梁坤茂(2000)。高雄市國中教師參與休閒性社團及相關因素之研究。國立高雄師範大學工業科技教育研究所碩士論文，未出版，高雄市。28. 許瑛玲(1993)。女性公務人員休閒生活之研究—以某一事業單位女性職員為例。東吳大學社會工作研究所碩士論文，未出版，台北市。29. 許瓊文(1992)。生活型態與休閒行為有關變項的研究。國立台灣大學心理學研究所碩士論文，未出版，台北市。30. 連婷治(1998)。台北縣國小教師休閒態度與休閒參與之相關研究。新竹師範學院國民教育研究所碩士論文，未出版，新竹市。31. 莊斐瑜(1991)。台北市高中職學生休閒學習情況與休閒教育需求之研究。國立台灣師範大學社會教育研究所碩士論文，未出版，台北市。32. 莊耀嘉(1990)。馬斯洛：人本心理學之父。台北：桂冠。33. 張少熙(1994)。青少年自我概念與休閒活動傾向及其阻礙因素之研究。國立台灣師範大學體育研究所碩士論文，未出版，台北市。34. 張少熙(2004)。教師休閒運動行為模式。台北：師大書苑。35. 張孝銘(2001)。休閒參與型式、休閒需求與休閒阻礙間之相關研究—以彰化市居民為實證。台北：高立。36. 張孝銘、王照欽、王梅子(1999)。休閒需求、遊戲性與休閒行為流暢體驗之相關研究—以夜二專學生為例。中華民國體育學會體育學報，第二十七期，頁81-90。37. 張孝銘、高俊雄(2001)。休閒需求與休閒阻礙間之相關研究—以彰化市居民為實證。體育學報，第三十輯，頁143-152。38. 張定綺(1993)。快樂，從心開始。台北：天下文化。39. 張素娟(1989)。我國大學圖書館女性館員工作類型之研究。國立台灣大學圖書館學研究所碩士論文，未出版，台北市。40. 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。國立台灣師範大學運動與休閒管理研究所碩士論文，未出版，台北市。41. 陳世瑜(2004)。輪班工作人員休閒參與程度和休閒心理需求、休閒阻礙關係之探討—以台北市服務業為例。大葉大學休閒事業管理研究所碩士論文，未出版，彰化縣。42. 陳定雄(1994)。休閒運動相關術語之歷史研究。國立台灣體育學報，4期，頁1-29。43. 陳欣怡(2002)。職業成就與休閒行為、休閒態度關係之研究。中國文化大學觀光事業研究所碩士論文，未出版，台北市。44. 陳美玲(1997)。從成人發展觀點探討嘉義地區成人休閒態度、休閒參與及相關因素。國立中正大學成人及繼續教育研究所碩士論文，未出版，嘉義縣。45. 陳思倫等(1996)。休閒遊憩概論。台北：空中大學。46. 陳彰儀(1989)。工作與休閒—從工業心理學的觀點探討休閒現況與理論。台北：淑馨。47. 陳彰儀(1995)。已婚職業婦女的壓力、生活型態及休閒活動之研究。台北：行政院國家科學委員會。48. 陳瑪莉(2001)。公務人員休閒認知、休閒需求與休閒滿意關係之研究。國立政治大學行政管理研究所碩士論文，未出版，台北市。49. 教育部高教司(2004)。大學校院一覽表。九十三年學年度。台北：教育部。50. 國家圖書館編(2003)。中華民國圖書館年鑑。九十一年。台北：國家圖書館。51. 曾誰芬(1988)。工作、生活目標與休閒參與之研究—以台北地區藝術工作者和行政工作者為例。東吳大學研究所理論組碩士論文，未出版，台北市。52. 游又嘉(2004)。休閒教育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，未出版，彰化縣。53. 黃文真(1986)。台北市國中生休閒生活之研究。國立台灣師範大學家政教育研究所碩士論文，未出版，台北市。54. 黃庭芳(2003)。花蓮市職業婦女工作壓力、家庭壓力和休閒阻礙關係之研究。大葉大學休閒事業管理研究所碩士論文，未出版，彰化縣。55. 楊美華(1994)。大學圖書館組織營運。台北：五南。56. 楊煥烘(1992)。教師之休閒活動。學生輔導通訊，第二十一期，頁22-29。57. 鄭順璉(2000)。大學生生活型態、休閒動機與休閒參與之相關研究。國立體育學院體育研究所碩士論文，未出版，桃園縣。58. 鄧建中(2002)。綜合高中教師休閒需求及行為之研究。朝陽科技大學休閒事業管理研究所碩士論文，未出版，台中縣。59. 劉採瓊(2001)。從圖書館流通工作談館員壓力及因應之道。書苑季刊，第四十八期，頁53-64。60. 謝文真(2001)。公務人員休閒態度之研究—以台北地區為例。國立台灣師範大學三民主義研究所碩士論文，未出版，台北市。61. 謝天助(2001)。休閒導論。台北：歐語。62. 謝淑芬(2001)。已婚職業婦女與全職家庭主婦對休閒活動行為阻礙與阻礙協商策略差異之研究。戶外遊憩研究，14卷2期，頁63-84。63. 謝鎮偉(2002)。大學教職員工參與休閒運動狀況與阻礙因素之研究—以輔仁大學為例。輔仁大學體育研究所碩士論文，未出版，台北縣。64. 鍾瓊珠(1997)。大專運動員休閒行為之研究—以國立台灣體育專長學生為例。國立體育學院體育研究所碩士論文，未出版，桃園縣。65. 聶夢玲(2004)。在職進修者工作壓力與休閒行為及其相關因素之研究—以國立空中大學學生為例。佛光人文社會學院管理研究所碩士論文，未出版，宜蘭縣。66. 蘇瑛敏(1996)。台灣婦女休閒活動與休閒圈域初探。台北技術學院學報，第二十九卷第二期，頁297-327。67. 藍乾章(1982)。圖書館行政。台北：五南。68. 潘中道、黃瑋瑩、胡龍騰譯(2000)。研究方法：步驟化學習指南。(Kumar, Ranjit原著)。台北：學富。二、英文部份 1. Bammel, G., & Burrus-Bammel, L. L. (1992). Leisure and human behavior (2nd ed.). Dubuge, IA: Wm. C. Brown Publishers. 2. Brent, J. R. (1975). On the derivation of leisure activity types—A perceptual mapping approach. Journal of Leisure Research, 7(2), 128-140. 3. Caltabiano, M. L. (1994). Measuring the similarity among activities based on perceived stress-reduction benefit. Leisure Studies, 13(1), 17-31. 4. Chaplin, J. P. (1985). Dictionary of psychology. New York: Dell Publishing. 5. Coleman, D., & Iso-Ahola, S. E. (1993). Leisure and health: The role of social support and self-determination. Journal of Leisure Research, 25(2), 111-128. 6. Cordes, K. A., & Ibrahim, H. M. (1999). Applications in recreation & leisure:

For today and the future (2nd ed.). Boston: WCB/McGraw-Hill.

7. Crawford, D., & Godbey, G. (1987). Reconceptualizing barriers to family leisure. *Leisure Sciences*, 9, 119-127.
8. Crawford, D. W., Jackson, E. L., & Godbey, G. C. (1991). A Hierarchical model of leisure constraints. *Leisure Science*, 13, 309-320.
9. Csikszentmihalyi, M. (1990). *Flow: The psychology of optimal experience*. New York: Harper Collins.
10. Deem, R. (1986). *All work and no play: A study of women and leisure*. Philadelphia: Open University Press.
11. Driver, B. L., Brown, P. J., & Peterson, G. L. (1991). Benefits of leisure (pp.3-12). Stage College, PA: Venture Publishing.
12. Dumazedier, J. (1967). *Toward a society of leisure*. New York: Free Press.
13. Dumazedier, J. (1974). *Sociology of leisure*. New York: Elsevier.
14. Duncan, D. J. (1978). Leisure types: Factor analysis of leisure profiles. *Journal of Leisure Research*, 10(2), 113-125.
15. Garton, A. F., & Pratt, C. (1991). Leisure activities of adolescent school students: Predictors of participation and interest. *Journal of Adolescence*, 14, 305-321.
16. Godbey, G. (1976). *Leisure studies and services: An overview*. Philadelphia: Saunders.
17. Godbey, G. (1981). *Leisure in your life*. State College, PA: Venture Publishing.
18. Godbey, G., & Geoffrey C. (1995). *The evolution of leisure: Historical and philosophical perspectives*. State College, PA: Venture Publishing.
19. Jackson, E. J. (1988). Leisure constraints: A survey of past research. *Leisure Sciences*, 10, 203-215.
20. Jackson, E. L., & Henderson, K. A. (1995). Gender-based analysis of leisure constraints. *Leisure Science*, 17, 31-51.
21. Kaplan, M. (1975). *Leisure: Theory and policy*. New York: John Wiley & Sons.
22. Kelly, J. R. (1996). *Leisure*. Boston: Allyn & Bacon.
23. Kelly, J. R. (1999). Leisure studies: Prospects for the twenty-first century. In Jackson, E. L., & Burton, T. L. (pp.135-150). Stage College, PA: Venture Publishing.
24. Kleiber, D. A. (1985). Motivational reorientation in adulthood and the resource of leisure. *Advances in Motivation and Achievement*, 4, 217-250.
25. Mannell, R. C., & Kleiber, D. A. (1997). *A social psychology of leisure*. State College, PA: Venture Publishing.
26. Ragheb, M. G. (1980). Interrelationships among leisure participation, leisure satisfaction, and leisure attitudes. *Journal of Leisure Research*, 12 (2), 138-149.
27. Ragheb, M. G., & Beard, J. G. (1982). Measuring leisure attitude. *Journal of Leisure Research*, 14 (2), 155-167.
28. Raymore, L. A., Godbey, G. C., Crawford, D. W., & Von Eye, A. (1993). Nature and process of leisure constraints: An empirical test. *Leisure Sciences*, 15, 99-113.
29. Riddick, C. C. (1986). Leisure satisfaction precursors. *Journal of Leisure Research*, 18 (4), 259-265.
30. Shamir, B. (1992). Some correlates of leisure identity salience: Three exploratory studies. *Journal of Leisure Research*, 24(4), 301-323.
31. Wahlers, R. G., & Etzwl, M. J. (1985). Vocation preference as a manifestation of optimal stimulation and lifestyle experience. *Journal of Leisure Research*, 17(4), 283-295.
32. Witt, P. A. (1971). Factory structure of leisure behavior for high school age youth in three communities. *Journal of Leisure Research*, 3 (4), 213-219.