

# 技術學院學生休閒動機與休閒生活型態之研究-以修平技術學院為例

李昭明、邊瑞芬

E-mail: 9511519@mail.dyu.edu.tw

## 摘要

休閒能力是經由學習而來的，早年的休閒生活經驗、身心及角色的改變、及其目前所處的環境等，都會影響成人的休閒生活。透過對休閒動機及休閒生活型態之探討，將有助於了解技術學院學生休閒生活情況、進而提供適切的休閒教育與輔導。本研究之目的包括：1、探討不同背景變項之技術學院學生在休閒動機上之差異。2、探討不同背景變項之技術學院學生在休閒生活型態上之差異。3、探討技術學院學生休閒動機與休閒生活型態之相關情形。研究中將休閒動機類型分為智力性、刺激-逃避性、人際社交性、勝任-熟練性等四類；休閒生活型態分為享受生活型、人文藝術型、知性體驗型、運動競技型、流行消費型、虛擬遊戲型、聚會聊天型、閱讀思考型等八類。以修平技術學院九十四學年學生為母群體，採用分層立意抽樣進行問卷調查，共計發出500份問卷，回收472份，有效問卷計427份，有效問卷率約85.4%。統計方法為敘述性統計分析及配對檢定。研究結果證實：1、技術學院學生之不同人口屬性，在休閒動機上有差異。2、不同人口屬性之技術學院學生，在休閒生活型態上有差異。3、技術學院學生休閒動機與休閒生活型態有相關。

關鍵詞：休閒動機、休閒生活型態

## 目錄

封面內頁 簽名頁 授權書.....	iii	中文摘要.....	iv	英文摘要.....	iv
要.....	v	誌謝.....	vi	目錄.....	vii
圖目.....					vii
錄.....	ix	表目錄.....	x	第一章 緒論.....	1
第一節 研究動機.....	1	第二節 研究目的.....	3	第三節 研究範圍.....	3
第四節 名詞釋義.....	4	第二章 文獻探討.....	5	第一節 休閒動機之相關研究.....	5
第二節 休閒生活型態的相關研究.....	16	第三節 休閒動機與休閒生活型態的相關研究.....	26	第三章 研究設計.....	
第一節 研究架構.....	28	第二節 研究對象與抽樣設計.....	29	第三節 研究工具.....	30
第四節 研究步驟.....	30	第五節 資料分析方法.....	32	第四章 研究結果.....	35
第一節 樣本特性描述.....	35	第二節 因素分析與信度分析.....	42	第三節 休閒動機與休閒生活型態差異分析.....	46
第四節 休閒動機與休閒生活型態相關分析.....	67	第五節 研究限制.....	70	第五章 結論與建議.....	71
第一節 研究結論.....	71	第二節 建議.....	77	參考書目 中文部分.....	80
英文部分.....	85	網站部分.....	87	附錄 附錄一 技術學院學生休閒動機與休閒生活型態研究問卷.....	88

## 參考文獻

- A.中文部分 1. 文崇一 (1988)。台灣居民休閒活動的分析。變遷中的台灣社會。中央研究院民族學研究所集刊。乙種第20號。2. 文崇一 (1990)。台灣居民的休閒生活。台北。東大出版社。3. 王文科 (1999)。教育研究法。台北。五南出版社。4. 牛保強 (1996)。大學生的價值觀、生活型態與音樂偏好關係之研究。大同工學院事業經營學系碩士班碩士論文。5. 中華民國戶外遊憩學會 (1997)。休閒遊憩行為。台北。田園城市文化。6. 加藤俊秀 (1989)。餘暇社會學。台北。遠流出版社。7. 行政院主計處 (1995)。台灣地區國民生活型態與倫理調查報告。行政院主計處。8. 行政院青年輔導委員會 (1996)。青少年白皮書。台北市。行政院青年輔導委員會。9. 行政院青年輔導委員會 (1998)。青年的生活價值觀。行政院青年輔導委員會出版。10. 行政院青年輔導委員會 (1998)。暑期青少年休閒活動營隊之成效調查。台北。青輔會。11. 行政院、考試院 (2000)。公務人員週休二日實施辦法。行政院台八十九人政考字第200810號函、考試院八九考台組貳一字第09025號函會同發布。12. 行政院主計處 (2001)。台灣地區國民休閒生活調查報告。台北。行政院主計處。13. 行政院 (2002)。行政院及所屬各機關公務人員休假改進措施。行政院九十一年十一月十四日院授人考字第0910046092號函。14. 何福田、蔡培村 (1989)。青少年的休閒教育。師友。15. 何福田 (1989)。青少年休閒輔導理念的建立與實務之規劃。台北：行政院青年輔導委員會。16. 何福田 (1990)。青少年生活適應與休閒活動規劃之研究。台北。行政院青年輔導委員會。17. 李明宗 (1992)。休閒、觀光、遊憩論文集。台北：地景公司出版。18. 李明榮 (1997)。從生活形態看休閒文化的演進。師友。19. 李明榮 (2000)。談休閒活動的意義、功能及積極涵義。國立台灣體育學院休閒運動學系系刊。20. 李茂興 (1998)。教育心理學。台北。宏智文化。21. 李鐵生 (1996)。社區居民休閒行為之研究-以林口國宅社區為例。私立中國文化大學觀光事業研究所碩士論文。未出版。22. 邱金松、謝智謀、吳智濱 (1990)。台灣地區國民

休閒活動之發展。桃園:國立體育學院。23. 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。24. 吳英偉、陳慧玲譯(1996):休閒社會學。台北:五南。25. 林文忠(1978):談休閒活動的分類與範圍。國民體育季刊。26. 林清山(1992):心理與教育統計學。台北:東華書局。27. 林清山(1985):休閒活動的理論與實務。台北:輔仁大學出版社。28. 林東泰(1992):休閒覺知自由與工作滿足之研究。社會研究學刊。29. 林東泰(1992):休閒教育與其宣導策略之研究。台北, 師大。30. 周逸芬(1997):發展與輔導。台北, 五南。31. 涂淑芳(譯)(1996):休閒與人類行為。台北, 桂冠。32. 晏涵文(1990):休閒生活與生命歷程。戶外遊憩研究, 3卷4期。33. 高俊雄(1995):休閒參與體驗形成之分析。戶外遊憩研究, 6卷4期。34. 高俊雄(1996):休閒概念面面觀。國立體育學院論叢, 6卷1期。35. 高俊雄、溫景財、李鐵生(1999):林口社區居民休閒參與型態之研究-核心模式之應用與驗證。國立體育學院論叢, 9卷2期。36. 高俊雄(1999):休閒教育之理念、規劃與實現。學生輔導, 60期。37. 柴松林(1996):休閒時代, 學習社會。北縣教育, 第14期。38. 莊慧秋(1994):樂在工作外-上班族的休閒生活。台北:張老師。39. 陳金貴(1996):變遷中的大學生心態與學生事務工作。訓育研究, 40. 陳皆榮(1996):動機與休閒活動之相關性研究。台北技術學院學報, 29卷1期。41. 陳金貴(1996):變遷中的大學生心態與學生事務工作。訓育研究, 35卷1期。42. 陳彰儀(1985):休閒活動之選擇與休閒教育。幼獅。43. 陳麗麗(2003):大專教師休閒與型態, 休閒活動參與項目滿意度之研究。國立高雄師範大學教育學系碩士論文。44. 許義雄(1980):休閒的意義、內容及其方法。中華民國體育學會體育學報, 第二輯。45. 許義雄、陳皆榮、陳麗華、張少熙(民81):青年休閒活動現況及其阻礙因素之研究。青年輔導研究報告。46. 許義雄等人(1992):青年休閒活動現況及其阻礙因素之研究。台北, 行政院青年輔導委員會。47. 許瓊文(1991):生活型態與休閒行為有關變項的研究台大學生為例。國立台灣大學心理學研究所碩士論文。48. 郭生玉(1981):心理與教育研究法。台北:精華書局。49. 郭繼聖(1994):大學生生活型態與電子字典市場區隔之研究。私立淡江大學國際企業學研究所碩士論文。50. 張火木(1995):青少年休閒活動指導手冊。台北:實踐學院。51. 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。台灣師範大學體育研究所碩士論文。未出版。52. 張玉玲(1998):大學生休閒內在動機、休閒阻礙與休閒無聊感及自我統合之關係研究。高雄師範大學輔導研究所碩士論文。53. 張春興(1988):心理學。台北:東華書局。54. 張玉玲(1999):無聊啊!談休閒無聊感對青少年自我統合發展之影響。學生輔導, 60期。55. 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。56. 黃立賢(1996):專科生休閒興趣相關因素之研究。國立高雄師範大學輔導研究所碩士論文, 未出版。57. 黃金柱(1992):體育運動策略性行銷。台北:師大書苑。58. 黃德祥(1991):青少年休閒諮商的輔導功能與實施。成年教育。59. 黃德祥(1996):休閒教育與休閒輔導。輔導通訊。60. 楊國樞 張春興(1985):心理學。台北:三民。61. 鄭淑芬(1986):台北市民生活型態、動機與休閒運動選擇關係之研究。東海大學企業管理研究所碩士論文。62. 鄭照順(1999):青少年生活壓力與輔導。台北:心理出版社。63. 鄭順璉(2001):台北市大學生休閒生活之研究。國立臺灣體育學院體育研究所碩士論文, 未出版。64. 鄭健雄(1997):休閒的哲學理念內涵暨分類、休閒遊憩行為。台北:田園城市文化。65. 謝政論(1994):現代休閒文化的深層思考。訓育研究。66. 簡玉貞譯(1996)。消費者行為學。台北:五南。67. 顏妙桂(1983):民生主義社會休閒活動之研究。國立臺灣師範大學三民主義研究所碩士論文, 未出版。68. 顏智淵(2001) Tape A-B 行為對休閒內在動機-休閒參與及休閒滿意之差異研究。國立高雄師範大學輔導研究所碩士論文。69. 嚴映馨(1999):大學生的生活風格、人際親密和幸福感關係之研究。國立高雄師範大學教育學系碩士論文。B.英文部份 1. Bammel, G. & Burrus-Bammel, L. L. (1992/1996) Leisure and human behavior. New York : Plenum Press. 2. Beard, J G., & Raghed, M. G. (1983) Measuring leisure motivation. Journal of Leisure Research, 15(3), 219-228. 3. Deci, E.L. & Ryan, R.M. (1985) Intrinsic motivation and selfdetermination in human behavior. New York : Plenum Press. 4. De Grazia, S. (1962) Of time , work , and leisure NY: Twentieth Century Fund 5. Dumazedier, J. (1974) Sociology of leisure. New York: Elsevier North-Holland. 6. Godbey, G. (1999) Leisure in your life—An exploration(5th ed). State college, PA: Venture Publishing, Inc. 7. Iso-Ahola, S.E. (1980) The social psychology of leisure and recreation. Dubuque, IA : Wm.C.Brown. 8. Iso-Ahola, S. E., Weissinger, E. (1987) Leisure and boredom. Journal of Social Clinical Psychology, 5(3), 356-364. 9. Iso-Ahola, S.E.(1989) Motivation for leisure. In E.L.Jackson & T.L.Burton(Eds.), Understanding leisure and recreation : Mapping the past, charting the future. State College, PA : Venture publishing Inc. 10. Iso-Ahola, S.E., & Weissinger, E.(1990) Perceptions of boredom in leisure:conceptualization, reliability and validity of the leisure boredom scale. Journal of Leisure Research, 22(1), 1-17. 11. 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. 12. Kelly, J.R. (1990) Leisure. New Jersey: Prentice-Hall. 13. Lazer, W. (1963) Life style concepts and marketing. Toward scientific marketing, proceedings of the American Marketing Association, 130~139. 14. Maslow, A. H. (1954) Motivation and Personality. NY : Harper and Row Publishers, Inc. 15. Neulinger, J. (1974) The psychology of leisure. Springfield, IL : Charles C. Thomas. 16. Neulinger, J. (1981) The psychology of leisure (2nd ed.). Springfield, IL: Charles C. Thomas. 17. Plummer, J.T. (1974) The concept and application of life style segmentation. Journal of Marketing, 38, 33-37. 18. Reynolds, F.D., & Darden, W.R.(1974) Constructing life style and Psychographics, Life style and psychographics. Chicago: American Marketing Association, 74-87 19. Weissinger, E (1995) Effects of boredom on self-reported health. Society and Leisure, 18, 15-26. 20. Weissinger, E., & Bandalos, D.L.(1995) Development, reliability and of Leisure Research, 27(4), 379-400. 21. Wells, W.D.(1974) Life style and psychographics. Chicago : American Marketing Association. 22. Wind, J., & Green, P.(1974) Some conceptual, measurement, and analytical problem in life style research, Life style and psychographics. Chicago: American Marketing Association, 100-125.. 23. Wind, Y., & Green, P. E. (1974) Some conceptual measurement and analytical problems in life style research. Life style and psychographics. Chicago: AMA. C.參考網站: 1. 教育部 [http://www.edu.tw/EDU\\_WEB/EDU\\_MGT/STATISTICS/EDU7220001/user1/b87.xls](http://www.edu.tw/EDU_WEB/EDU_MGT/STATISTICS/EDU7220001/user1/b87.xls) 2. 行政院青年輔導委員會 <http://gysd.nyc.gov.tw/youth/>