

已婚職業婦女的家庭壓力、工作壓力與休閒阻礙和休閒滿意度間關係之探索:以中、彰、雲地區為例

陳芝萍、吳淑女

E-mail: 9606950@mail.dyu.edu.tw

摘要

本研究旨在探討中、彰、雲地區之已婚職業婦女的家庭壓力、工作壓力與休閒阻礙和休閒滿意度之關係。本研究採用立意與便利抽樣法，利用問卷調查之方式對已婚職業婦女進行調查，共發出630份問卷，回收有效問卷540份，回收率86%。調查所得之資料分別以描述性統計、信度檢定、單因子變異數分析、Pearson積差相關分析等統計方法，分析結果摘述如下：一、背景特性方面：應答者以居住在彰化地區者佔多數、結婚年期為11~20年、婚後為職業婦女的年期為0~10年者居多、教育程度以高中職最多、小家庭、最小子女在6~18歲之間、教育服務業、家庭每月收入30,000元以下人數最多，年齡集中在31~40歲，平均年齡為39歲。二、假設驗證方面：(一)背景特性中，除了家庭類型、家庭每月收及職業之外，其年齡、結婚年期、婚後為職業婦女年期、居住地區、教育程度、子女狀況不同在家庭壓力上有顯著差異。(二)背景特性中，除了教育程度、家庭類型及職業之外，其年齡、結婚年期、婚後為職業婦女年期、居住地區、家庭每月收入、子女狀況不同在工作壓力上有顯著差異。(三)背景特性中，除了婚後為職業婦女年期、居住地區、家庭類型及職業之外，其年齡、結婚年期、教育程度、家庭每月收入、子女狀況不同在休閒阻礙上有顯著差異。(四)背景特性中，僅在結婚年期與子女狀況不同在休閒滿意度上有顯著差異。(五)家庭壓力之工作干擾家庭、角色扮演失調、財務經濟壓力、家庭為重等構面及整體家庭壓力與休閒阻礙上有顯著線性相關。(六)工作壓力之焦慮、疲勞、憂鬱、低自尊、離職意願等構面及整體工作壓力與休閒阻礙上有顯著線性相關。(七)家庭壓力之工作干擾家庭、家人體恤、角色扮演失調、家庭為重等構面及整體家庭壓力與整體休閒滿意度上有顯著線性相關。(八)工作壓力之疲勞、憂鬱、低自尊、離職意願等構面及整體工作壓力與整體休閒滿意度上有顯著線性相關。(九)休閒阻礙之人際阻礙、結構阻礙構面及整體休閒阻礙與整體休閒滿意度上有顯著線性相關。最後根據本研究結果進行綜合討論，並提出相關建議。

關鍵詞：已婚職業婦女、家庭壓力、工作壓力、休閒阻礙、整體休閒滿意度

目錄

封面內頁 簽名頁 授權書.....	iii	中文摘要.....	iv	英文摘要.....	vi
誌謝.....	viii	目錄.....	ix	圖目錄.....	xi
表目錄.....	xii	第一章 緒論.....	1	第一節 研究動機及目的.....	1
第二節 研究問題.....	4	第三節 研究假設.....	5	第四節 研究範圍與限制.....	5
第二章 文獻探討.....	7	第一節 家庭壓力與工作壓力.....	7	第二節 休閒阻礙之定義、理論及其相關研究.....	16
第三節 休閒滿意度之定義、理論及其相關研究.....	19	第四節 壓力與休閒阻礙、休閒滿意度關係之相關研究.....	23	第三章 研究方法.....	28
第一節 研究架構.....	28	第二節 抽樣方法.....	29	第三節 預試與正式調查.....	30
第四節 問卷設計與操作性定義.....	30	第五節 資料分析統計方法.....	34	第四章 研究結果.....	36
第一節 樣本之背景特性與休閒相關特性之描述.....	36	第二節 假設驗證.....	45	第五章 討論與建議.....	61
第一節 研究結果摘要.....	61	第二節 綜合討論.....	65	第三節 建議.....	68
參考文獻.....	71	一、中文部分.....	71	二、英文部分.....	75
附錄 一 正式問卷調查表.....	79	附錄 二 附表.....	83		

參考文獻

一、中文部分 (一)論文與專書: 1. 王以仁。(2002)。婚姻與家庭生活的適應。台北:心理。 2. 王國揚。(2002)。角色衝突、工作壓力與離職傾向關係之探討 - 以財政部台灣省中區國稅局為例。中山大學資源管理研究所在職專班碩士論文。 3. 吳珩潔。(2000)。大台北地區民眾休閒滿意度與幸福感之研究。國立台灣師範大學運動休閒與管理研究所碩士論文。 4. 吳淑女。(2001)。婦女的休閒阻礙與其因應對策之研究。89年度行政院國家科學委員會補助專題研究計畫(NSC89-2415-H-212-004-SSS)。 5. 吳淑女。(2002)。婦女的性別角色特質與其休閒阻礙之關係。90年度行政院國家科學委員會補助專題研究計畫(NSC90-2415-H-212-001-SSS)。 6. 吳萬益、林清河。(2001)。企業研究方法。台北:華泰文化。 7. 吳慧珠。(1999)。組織中工作壓力的管理方式。健行學報, 19(1), 131-142。 8. 李明宗。(1988)。人與休閒:遊憩哲學。戶外遊憩研究, 2(2), 1-12。 9. 李貴花。(1990)。從成年初期、中期探討台北地區雙生涯婦女之心理壓力與工作、婚姻及休閒間的

適應。中國文化大學家政研究所碩士論文。 10. 李靜怡。(2002)。休閒從業人員個人特質、工作特性與工作壓力和休閒行為之關係 - 以北部地區為例。大葉大學休閒事業管理學系碩士論文。 11. 周月清、李文玲、林碧惠譯。(1994)。家庭壓力管理 (P. Boss原著)。台北:桂冠圖書。 12. 林立曼。(2001)。戶政人員工作壓力之研究。國立政治大學公共行政學系碩士論文。 13. 林淑芬。(2001)。我國高級職業學校兼任行政教師工作壓力與因應方式之研究。國立彰化師範大學商業教育研究所碩士論文。 14. 金蕙蓉。(2002)。鄉間婦女休閒阻礙因素之研究 - 以南投縣魚池鄉為例。台灣體育學院體育研究所碩士論文。 15. 唐先梅、曾敏傑。(1991)。台灣已婚職業婦女家庭與工作壓力之研究。臺灣銀行季刊, 42(3), 292-339。 16. 涂淑芳譯。(1996)。休閒與人類行為。(G. Bammel & L. L. Burrus-Bammel 原著)。台北:桂冠圖書。 17. 崔來意。(2000)。高科技公司女性專業人員工作 - 家庭衝突、工作倦怠及離職意願關係之研究。國立中山大學人力資源管理研究所碩士論文。 18. 張春興。(1983)。心理學。台北:東華書局。 19. 張燕麗。(2002)。母女在休閒態度、休閒滿意、憂鬱情緒之相關 - 以成人初期未婚女性為例。國立彰化師範大學輔導與諮商學系碩士論文。 20. 梁文嘉。(1996)。導遊及領隊人員工作壓力、家庭壓力與休閒行為之關係。靜宜大學管理科學研究所碩士論文。 21. 郭為藩。(1981)。角色理論在教育學上之意義, 師大教育研究所集刊, 13, 15-27。 22. 陳奎熹。(1990)。教育社會學, 台北:三民書局。 23. 陳美玲。(1996)。從成人發展觀點探討嘉義地區成人休閒態度、休閒參與及其相關因素。國立中正大學成人及繼續教育研究所碩士論文。 24. 陳惠貞。(2002)。金融業職業婦女參與休閒活動與休閒滿意之相關研究。靜宜大學青少年福利學系碩士論文。 25. 陳彰儀。(1985)。台北市已婚職業婦女之休閒興趣參與情形與生活型態。教育與心理研究, 8, 191-210。 26. 陳彰儀。(1986)。不同生活型態的職業婦女之壓力與休閒型態、婚姻滿足及工作滿足三者關係之差異。教育與心理研究, 9, 27-72。 27. 陳藝文。(2000)。休閒阻礙量表之建構 - 以北部大學生為例。國立體育學院體育研究所碩士論文。 28. 彭懷真。(1996)。女人難為。台北:平氏。 29. 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學系碩士論文。 30. 馮燕。(1992)。婦女生活壓力知覺與應對模式 - 多元角色的觀點。國立台灣大學社會學刊, 21, 161-198。 31. 黃庭芳。(2002)。花蓮市職業婦女工作壓力、家庭壓力與休閒阻礙關係之研究。大葉大學休閒事業管理學系碩士論文。 32. 劉佩佩。(1998)。未婚女性休閒生活之研究。國立高雄師範大學成人教育研究所碩士論文。 33. 劉毓秀。(1995)。台灣婦女處境白皮書。台北:時報文化。 34. 鄭為元, 廖榮利。(1985)。台灣職業婦女對家庭與職業雙重壓力的反應。中華心理衛生學刊, 2(2), 43-51。 35. 黎雅麗譯。(1996)。活在當下。(De Angelis 原著)。台北:天下遠見。 36. 賴家馨。(2002)。休閒阻礙量表之編製 - 以台北市大學生為例。國立體育學院體育研究所碩士論文。 37. 蕭武桐。(1989)。工作壓力的管理。人事管理, 26(3), 11-18。 38. 戴智慧。(1985)。已婚職業婦女的生活壓力與休閒型態、婚姻滿意、生理健康、心理健康及工作滿意的關係。國立政治大學心理研究所碩士論文。 39. 謝淑芬。(2001)。已婚職業婦女與全職家庭主婦對休閒活動參與阻礙與阻礙協商策略差異之研究。戶外遊憩研究, 14(2), 63-84。 40. 藍采風。(1986)。婚姻關係與適應。台北:張老師文化。 41. 藍采風。(1987)。健康的家庭生活。台中:台灣省社會福利工作人員研習中心。 42. 顏智淵。(2002)。TYPE 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。國立體育學院體育研究所碩士論文。(二)網路 1. 行政院主計處。(2004, 10, 1)。臺灣地區社會發展趨勢調查。 <http://www.dgbas.gov.tw/ct.asp?xItem=11329&ctNode=3291>。 2. 董氏基金會。(2002, 11, 1)。心理衛生組。 <http://www.jtf.org.tw/.psyche/knowledge/diy.asp>。 二、英文部分 1. Apter, T. (1993). Working women don't have wives. New York: St. Martin's Press. 2. Beard, J. G., & Ragheb, M. G. (1980). Measuring leisure satisfaction. Journal of Leisure Research, 12(1), 20-33. 3. Beehr, T. A., Walsh, J. T., & Taber T. D. (1976). Relationship of stress to individually and organizationally valued States: Higher order needs as a moderator. Journal of Applied Psychology, 61(1), 41-47. 4. Boss, P. (1988). Family stress management. Newbury Park, CA: Sage. 5. Crawford, D. W., & Godbey, G. C. (1987). Reconceptualizing barriers to family leisure. Leisure Sciences, 9, 119-127. 6. Crawford, D. W., Jackson, E. L., & Godbey, G. C. (1991). A hierarchical model of leisure constraints. Leisure Sciences, 13, 309-320. 7. De Angelis, B. (1995). Real moments: Discover the secret for true happiness. New York: Dell. 8. Deem, R. (1986). All work and no play? The sociology of women and leisure. Milton Keynes, UK: Open University Press. 9. Duvall, E. M., & Miller, B. C. (1985). Marriage and family development. New York: Harper & Row Publishers. 10. Fleming, R., Baum, A., & Singer, J. E. (1984). Toward an integrative approach to the study of stress. Journal of Personality & Social Psychology, 46(4), 939-949. 11. Francken, D. A., & Van Raaij, W. F. (1981). Satisfaction with leisure time activities. Journal of Leisure Research, 13, 337-352. 12. Frone, M. R., Russell, M., & Copper, M. L. (1992). Antecedents and outcomes of work-family conflict: Testing a model of the work-family Interface. Journal of Applied Psychology, 77(1), 65-78. 13. Bammel, G., & Burrus-Bammel, L. L. (1996). Leisure and human Behaviour (2nd ed.). Dubuque, IA: William C. Brown Publishers. 14. Godbey, G. C. (1985). Leisure in your life: An exploration. State College, PA: Venture Publishing. 15. Green, E., Hebron, S., & Woodward, D. (1990). Women's leisure, what leisure? Basingstoke, NH: Macmillan. 16. Hendrix, W. H., Steel, R. P., & Schultz, S. A. (1988). Job stress and life stress: Their causes and consequences. Journal of Social Behavior and Personality, 2(3), 291-302. 17. Hill, R. (1958). Generic features of families under stress. Social Casework, 49, 139-150. 18. Hochschild, A., & Machung, A. (1989). The second shift. New York: Viking. 19. Hunter, P. L., & Whitson, D. J. (1992). Women's leisure in a resource industry town: Problems and issues. Society and Leisure, 15(1), 223-244. 20. 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, 1-17. 21. Ivancevich, J. M. (1974). Effects of the shorter workweek on selected satisfaction and performance measures. Journal of Applied Psychology, 59, 717-721. 22. Ivancevich, J. M., & Matteson, M. T. (1979). Organizational stress and heart disease: A research model. Academy of Management Review, 4, 350. 23. Ivancevich, J. M., & Matteson, M. T. (1980). stress and work: A managerial perspective. New York: Scott, Foresman. 24. Jackson, E., & Rucks, V. C. (1995). Negotiation of constraints by junior-high and high-school students: An exploratory study. Journal of Leisure Research, 27, 85-105. 25. Jackson, E., Crawford, D., & Godbey, G. (1993). Negotiation of leisure constraints. Leisure Sciences, 15, 1-11. 26. Jackson, E. L., & Scott, D. (1999). Constraints to leisure. In E. L. Jackson, & T. L. Burton (Eds.), Leisure Studies: Prospects for the 21st century (pp. 229-321). State College, PA: Venture Publishing. 27. Jamal, M. (1985). Type A behaviour and job performance: Some suggestive findings. Journal of Human Stress, 11, 66-68. 28. Kahn, R. L. & Quinn, R. P. (1970). Role

stress: A framework for analysis. In A. McLean (Ed.), *Mental Health and Work Organizations* (pp. 50-115). Chicago: Rand McNally. 29. Kaplan, P. S., & Stein, J. (1984). *Psychology of adjustment*. Belmont, CA: Wadsworth. 30. Kelly, J. R. (1972). Work and leisure: A simplified paradigm. *Journal of Leisure Research*, 4(4), 50-62. 31. Liebert, R. M., Sprafkin, J. N., & Davidson, E. (1989). *The early widow*. Elmsford, NY: Pergamon. 32. Mannell, R. C. (1999). Leisure experience and satisfaction. In E. L. Jackson, & T. L. Burton (Eds.), *Leisure studies: Prospects for the twenty-first century*(pp. 235-251). State College, PA: Venture Publishing. 33. Mannell, R. C., & Kleiber, D. A. (1997). *A social psychology of leisure*. State College, PA: Venture Publishing. 34. Mundy, J. (1998). *Leisure education: Theory and practice* (2nd ed.). Champaign, IL: Sagamore Publishing. 35. Parsons, T., (1961). *An outline of the social system: Theories of society*. New York: Free Press. 36. Riddick, C. C., & Daniel, S. N. (1984). The relative contribution of older women. *Journal of Leisure Research*, 16(2), 136-148. 37. Riddick, C. C. (1986). Leisure satisfaction precursors. *Journal of Leisure Research*, 18, 256-265. 38. Robbins, S. P. (1993). *Organizational behavior: Concepts, controversies, applications* (6th ed.). Englewood Cliffs, NJ: Prentice -Hall. 39. Seccombe, W. (1993). *Weathering the storm: Working-class families from the industrial revolution to the fertility decline*. London: Verso. 40. Selye, H. (1956). *The stress of life*. New York: McGraw Hill. 41. Shaw, S. M., Bonen, A., & McCabe, J. F. (1991). Do more constraints mean less leisure? Examining the relationship between constraints and participation. *Journal of Leisure Research*, 23(4), 286-300. 42. Wearing, B. (1990). Beyond the ideology of motherhood: Leisure as resistance. *Australian and New Zealand Journal of Sociology*, 26, 36-58. 43. Wells, W. D., & Gubar, G. (1996). The life cycle concept in marketing research. *Journal of Marketing Research*, 3, 355-365. 44. Weiten, W., & Lloyd, M. A. (1994). *Psychology applied to modern life: Adjustment in the 90s* (4th ed.). Pacific Grove, CA: Brooks/Cole. 45. Wimbush, E., & Talbot, M. (1988) *Relative freedom*. Milton Keynes, UK: Open University Press. 46. Witt, P., & Goodale, T. (1981). The relationship between barriers to leisure enjoyment and family stages. *Leisure Sciences*, 4, 29-49.