

深度休閒特質與動機、阻礙、滿意度關係之研究：以大學籃球運動為例

鍾隆文、李維靈

E-mail: 9800888@mail.dyu.edu.tw

摘要

本研究目的在藉由大學生參與籃球運動之調查，探討休閒活動參與者的深度休閒特質與其參與動機、休閒阻礙、休閒滿意度之間的關係。調查方法係以台北地區大專籃球聯賽(UBA)所屬三所大學的校隊與非校隊學生為研究樣本，於學校的籃球場以立意抽樣法進行問卷調查，共發放問券250份，回收222份，有效問卷208份，以描述性統計、t檢定、單因子變異數、典型相關、徑路模式以及結構方程模式進行分析，結果摘要如下：

大學生參與籃球運動的動機主要是「內在動機」；感受到的阻礙主要是「結構阻礙」；深度休閒特質主要是「持久利益」；體驗到的滿意度主要是「生理」。在差異分析方面，不同性別、球齡、參與頻率與技能水準的大學生，在各變項都具有顯著的差異。「內在動機」、「個人阻礙」分別與「堅持不懈」具有最密切的相關，而「堅持不懈」又與「心理」具有最密切的相關。深度休閒特質對於休閒滿意度具有最大的影響力，其次是參與動機，然後是休閒阻礙。深度休閒特質在參與動機與休閒滿意度之間具有完全的中介效果，在休閒阻礙與休閒滿意度之間具有部分的中介效果。

關鍵詞：深度休閒 參與動機 休閒阻礙 休閒滿意度 籃球運動

目錄

中文摘要	iii
英文摘要	iv
誌謝辭	v
內容目錄	vi
表目錄	viii
圖目錄	x
第一章 緒論	1
第一節 研究背景與動機	1
第二節 研究目的	6
第三節 研究問題	6
第四節 名詞釋義	7
第五節 研究範圍與限制	9
第二章 文獻探討	10
第一節 參與動機	10
第二節 休閒阻礙	18
第三節 深度休閒特質	23
第四節 休閒滿意度	29
第五節 各變項之間的相關性	34
第六節 總結	40
第三章 研究方法	43
第一節 研究架構	43
第二節 研究假設	44
第三節 研究工具	45
第四章 資料分析	63
第一節 樣本特性分析	63
第二節 量表描述性統計	65
第三節 不同背景的差異分析	69
第四節 各變項之間的相關性	82
第五節 各變項對休閒滿意度的影響	90
第六節 研究結果摘要	100
第五章 結論	107

第一節	綜合討論	107
第二節	建議事項	114
參考文獻		119
附錄A	預試問卷	131
附錄B	正式問卷	135

表目錄

表 2-1	參與動機定義彙整表	7
表 2-2	參與動機相關研究彙整表	15
表 2-3	休閒阻礙定義彙整表	19
表 2-4	休閒阻礙相關研究彙整表	21
表 2-5	深度休閒定義彙整表	24
表 2-6	深度休閒翻譯名稱演進過程	25
表 2-7	深度休閒特質相關研究彙整表	27
表 2-8	休閒滿意度定義彙整表	30
表 2-9	休閒滿意度相關研究彙整表	33
表 2-10	參與動機與深度休閒特質相關性彙整表	35
表 2-11	休閒阻礙與深度休閒特質相關性彙整表	36
表 2-12	深度休閒特質與休閒滿意度相關性彙整表	37
表 2-13	參與動機、休閒阻礙與休閒滿意度相關性彙整表	38
表 3-1	參與動機量表	46
表 3-2	休閒阻礙量表	48
表 3-3	深度休閒特質量表	49
表 3-4	休閒滿意度量表	51
表 3-5	參與動機量表項目分析	54
表 3-6	參與動機量表因素分析	55
表 3-7	休閒阻礙量表項目分析	56
表 3-8	休閒阻礙量表因素分析	57
表 3-9	深度休閒特質量表項目分析	57
表 3-10	深度休閒特質量表因素分析	58
表 3-11	休閒滿意度量表項目分析	59
表 3-12	休閒滿意度量表因素分析	60
表 4-1	人口背景樣本特性	64
表 4-2	參與動機描述性統計	65
表 4-3	休閒阻礙描述性統計	67
表 4-4	深度休閒特質描述性統計	68
表 4-5	休閒滿意度描述性統計	69
表 4-6	不同背景受訪者於參與動機差異分析	70
表 4-7	不同背景受訪者於休閒阻礙差異分析	73
表 4-8	不同背景變項受訪者於深度休閒特質差異分析	75
表 4-9	性別與技能水準深度休閒特質差異分析	78
表 4-10	不同背景受訪者於休閒滿意度差異分析	79
表 4-11	性別與技能水準休閒滿意度差異分析	82
表 4-12	變項之間相關性	83
表 4-13	參與動機與深度休閒特質典型相關分析	85
表 4-14	休閒阻礙與深度休閒特質之典型相關分析	87
表 4-15	深度休閒特質與休閒滿意度典型相關分析	89
表 4-16	參與動機、休閒阻礙與深度休閒特質對休閒滿意度迴歸分析	91
表 4-17	參與動機、休閒阻礙對深度休閒特質迴歸分析	92
表 4-18	參與動機對休閒阻礙迴歸分析	92
表 4-19	各變項對休閒滿意度影響效果表	94
表 4-20	參與動機與深度休閒特質對休閒滿意度之階層迴歸	

分析	95
表 4-21 休閒阻礙與深度休閒特質對休閒滿意度之階層迴歸 分析	96
表 4-22 資料常態性檢定	97
表 4-23 模式適配性分析結果	99
表 4-24 假設驗證結果與研究發現	105
圖目錄	
圖 1-1 需求層級動機理論	2
圖 2-1 追求動機和逃脫動機	13
圖 2-2 自我決定動機理論概念	15
圖 2-3 休閒阻礙因素模式	20
圖 3-1 研究架構圖	43
圖 4-1 參與動機與深度休閒特質典型相關圖	86
圖 4-2 休閒阻礙與深度休閒特質典型相關圖	88
圖 4-3 深度休閒特質與休閒滿意度典型相關圖	90
圖 4-4 徑路模式圖	93
圖 4-5 結構方程模式(非標準化)	98
圖 4-6 結構方程模式(標準化)	99

參考文獻

- 一、中文部份王素敏(1996), 老人的休閒滿意及其休閒教育取向之研究, 國立高雄師範大學成人教育研究所未出版之碩士論文。李志峰, 楊慶南, 邱智麟(2003), 大葉大學學生運動性休閒參與動機之研究, 大葉學報, 12(2), 99-108。何全進(2002), 不同運動員自我認同之運動樂趣來源與運動動機之相關研究, 興大體育, 6, 95-108。汪在苜, 林金杉(2003), 逢甲大學學生休閒無聊感、休閒阻礙、休閒參與行為相關研究, 逢甲人文社會學報, 6, 295-320。余珮林(2004), 單車活動參與者的目標取向、社會支持和休閒型態對休閒效益的影響, 雲林科技大學休閒運動研究所未出版之碩士論文。余珮玲, 陳其昌(2003), 深度休閒的意涵與效益, 雲科大體育, 6, 59-64。吳忠宏, 李枝樺, 呂淑芬, 羅敏華(2004), 大台中地區國小學童休閒參與、休閒阻礙與休閒滿意度之相關研究, 發表於2004年觀光客倍增暨遊憩產業發展經營學術研討會論文, 台南:真理大學。吳明隆(2000), SPSS統計應用實務, 台北:松崗。吳明隆(2007), 結構方程模式-AMOS的操作與應用, 台北:五南。吳明蒼, 林原勗(2006), 大學生休閒阻礙模式之建構與驗證, 致遠學報, 1, 237-260。宋麗華(2006), 國家級運動選手參與競技運動訓練之動機因素, 台北市立體育學院運動科學研究所未出版之碩士論文。李連宗(2006), 大專學生參與休閒活動之動機、阻礙與滿意因素之相關研究, 發表於2004 International Conference on Sports, Leisure, and Recreation(pp. 56-67)。周秀華, 余嬪(2005), 深度休閒者學習經驗之研究, 教育與心理研究, 28(2), 297-324。季力康, 賴素玲, 陳美燕(1995), 大專網球選手運動目標取向與運動動機之相關研究, 中華民國體育學會學報, 20, 1-12。東方介德(2000), 台灣與大陸籃球選手目標取向、知覺動機氣候、自覺能力、運動動機與滿足感之比較研究, 國立體育學院教練研究所未出版之碩士論文。林佑隆(2005), 彰化地區國小學童休閒運動參與及滿意度之研究, 大葉大學休閒事業管理學系未出版之碩士論文。林佑瑾, 李英弘, 葉源鑑(2004), 認真性休閒與休閒阻礙關係之研究-以高爾夫運動者為例, 戶外遊憩研究, 17(3), 51-79。林佳蓉(1990), 老人休閒參與對休閒滿意和生活滿意之影響, 大專體育, 51, 156-163。林季燕(2002), 以自我決定理論預測籃球選手滿足感和退出意圖之研究, 國立體育學院教練研究所未出版之碩士論文。邱宗志(1998), 男子籃球選手目標取向、知覺動機氣候與運動動機之探討, 國立體育學院教練研究所未出版之碩士論文。邱思慈, 陳聰廉(2005), 台南縣瑜珈運動參與者的休閒滿意度、工作滿意度與生活滿意度之研究, 運動休閒管理學報, 2(2), 34-47。洪勝全(2003), 野台歌仔戲演員之生涯研究-以認真休閒理論探討, 國立東華大學觀光暨遊憩管理研究所未出版之碩士論文。夏淑蓉, 謝智謀(2002), 這個世界需要認真休閒, 大專體育, 62, 163-167。翁振益, 林若慧, 吳芳儀(2006), 認真休閒者之動機、承諾與休閒結果關係之研究-以非營利組織志工為例, 戶外遊憩研究, 19(1), 77-100。張少熙, 梁伊傑(2005), 台北市青少年參與休閒運動傾向之調查研究, 體育學報, 38(2), 109-120。張玉?, 余嬪(1999), 大學生休閒內在動機、休閒阻礙、休閒無聊感與自我統合之關係研究, 彰化師大輔導學報, 20, 83-111。張志銘, 蘇榮立, 呂崇銘(1999), 大葉大學學生課後參與運動休閒動機之研究, 大專體育, 45, 118-124。張紫菁, 郭雅婷(2005), 銘傳大學生參與休閒運動行為、動機與阻礙因素之研究, 發表於海峽兩岸觀光學術研討會(pp. 19-38), 桃園:銘傳大學觀光學院。張春興(1996), 教育心理學-三化取向的理論與實踐, 台北:東華。張婷婷(2005), 攀岩者的參與動機與休閒知覺自由對休閒型態的影響, 雲林科技大學休閒運動研究所未出版之碩士論文。梁英文, 曹勝雄(2007), 認真性休閒與場所依戀之關係:遊憩專門化扮演的角色, 戶外遊憩研究, 20(3), 1-24。莊哲仁, 楊瑞泉(2004), 大專院校學生參與校內運動休閒之行為模式建構研究, 萬能科技大學通識教育中心報告。許天路(1993), 私立南亞工專男女學生參與休閒運動狀況調查分析, 南亞學報, (13), 173-211。許建民, 高俊雄(2000), 以三類型阻礙模式探討都市六年級學童運動休閒阻礙參與阻礙與性別及自尊之關係。戶外遊憩研究, 13(1), 41-61。許義雄, 陳皆榮(1993), 青年休閒活動現況及其阻礙因素之研究, 台北市:行政院青年輔導委員會。許瓊雲, 黃崇儒, 林惠美, 許義章(2003), 大專游泳選手運動動機目標取向與運動自信心來源之間的關係, 北體學報, 11, 253-267。連婷治(2000), 國小教師休閒態度與台北縣休閒參與之相關研究, 新竹師院國民教育研究所期刊, 5, 158-178。郭淑菁(2002), 登山社員休閒涉入、休閒滿意度與幸福感之研究, 大葉大學休閒事業管理學系未出版之碩士論文。陳肇

芳(2006), 大學校院學生休閒運動參與、涉入與滿意度關係之研究, 國立嘉義大學體育與健康休閒研究所未出版之碩士論文。陳美燕(1995), 運動動機量表的信度與效度分析, 國立體育學院論叢, 5(2), 185-196。陳德海(1996), 南區專科學校學生休閒活動阻礙原因之探討, 台灣體育, 87, 52-58。曾嘉珍(2006), 臺北市運動舞蹈消費者參與動機、滿意度及阻礙因素之研究, 臺北市立教育大學體育研究所未出版之碩士論文。游恆山(1996), 消費者行為心理學, 台北:五南。黃心佳(2008), 深度休閒者涉入歷程之分析, 大學體育學刊, 10(1), 25-34。黃仲凌, 高俊雄(2005), 台灣離島大專學生休閒參與動機與滿意之相關研究, 大專體育學刊, 7(1), 51-66。黃郁琦, 王清權(2002a), 不同技能水準大專生運動參與動機與運動阻礙因素之分析研究, 政大體育研究, 15, 25-36。黃郁琦, 王清權(2002b), 不同性別大專生運動參與動機與運動阻礙因素之分析研究, 政大體育研究, 16, 83-97。黃高賢(2002), 我國甲乙組網球選手之自我設限與運動動機及目標取向之相關探討, 台北市立體育學院運動科學研究所未出版之碩士論文。楊原芳(2006), 內在休閒動機與最適體驗的關係研究-以認真型休閒特性為中介變數, 明新學報, 32, 65-76。楊登雅(2002), 休閒阻礙階層模式之驗證 - 以Crawford & Godbey之休閒阻礙三因子為例, 國立臺灣師範大學運動休閒與管理研究所未出版之碩士論文。詹博閔(2006), 大型重型機車參與者認真性休閒特質與休閒動機、休閒阻礙關係之研究, 朝陽科技大學休閒事業管理系未出版之碩士論文。路君約(1984), 心理學, 台北:中國行為科學社。熊明禮, 陳春安, 王鍵慰(2004), 不同性別在休閒滿意度與休閒動機差異之研究 - 以蘭陽技術學院為例, 九十三年全國大專運動會體育學術研討會論文集(pp. 597-604)。劉虹伶(2005), 深度休閒者之休閒效益, 大專體育, 78, 116-122。蔡尚勳(2007), 深度休閒中的資訊活動:以業餘街舞舞者為例, 臺灣大學圖書資訊學研究所未出版之碩士論文。蔡麗伶(1990), 旅遊心理學, 台北:楊智。謝清秀(2004), 大專網球選手休閒動機、休閒參與及休閒滿意之研究, 國立體育學院體育研究所未出版之碩士論文。謝智謀, 賴家馨(2005), 休閒阻礙量表之編製 - 以台北市大學生為例, 公民訓育學報, 16, 1-18。鍾偉志(2006), 認真性休閒參與動機、休閒阻礙關係之研究-以網球活動為例, 南華大學遊事業管理系研究所未出版之碩士論文。簡瑞宇, 陳東章(2006), 大專網球選手參與動機研究, 福爾摩沙體育學刊, 1。顏迦如, 林禹良(2003), 將終身學習當作認真休閒, 大專體育, 65, 90-95。顏家芝, 薛雅丹, 黃文卿(2006), 從深度休閒理論探討太魯閣國家公園解說志工對解說服務之投入程度與其深度休閒特質之關係, 戶外遊憩研究, 19(1), 77-100。羅寶珍(2005), 認真休閒之參與動機、持續因素、休閒效益及成本之探討-以愛好羽球活動之國小教師為例, 國立體育學院體育研究所未出版之碩士論文。

二、英文部份Baron, R. M., & Kenny, D. A. (1986). The moderator-mediator variable distinction in social psychological research: Conceptual, strategic, and statistical considerations. *Journal of Personality and Social Psychology*, 51, 1173-1182. Beard, J. G., & Ragheb, M. G. (1980). Measuring leisure satisfaction. *Journal of Leisure Research*, 12(1), 20-33. Beard, J. G., & Ragheb, M. G. (1983). Measuring leisure motivation. *Journal of Leisure Research*, 15(3), 219-228. Carroll, B., & Alexandris, K. (1997). Perception of constraints and strength of motivation: Their relationship to recreational sport participation in Greece. *Journal of Leisure Research*, 29, 279-299. Crandall, R., Nolan, M., & Morgan, L. (1980). Leisure and social interaction. In S. E. Iso-Ahola (Ed.), *Social psychological perspectives on leisure and recreation* (pp. 285-306). Illinois: Thomas. Crawford, D. W., & Godbey, G. (1987). Reconceptualizing barriers to family leisure. *Leisure Sciences*, 9(2), 119-127. Cross, K. P. (1986). *Adults as learners*. San Francisco: Jossey-Bass. Deci, E. L., & Ryan, R. M. (1985). *Intrinsic motivation and self-determination in human behavior*. New York: Plenum Press. Deci, E. L., & Ryan, R. M. (1987). The support of autonomy and the control of behavior. *Journal of Personality and Social Psychology*, 53, 1024-1037. Francken, D. A., & Van Raij, M. F. (1981). Satisfaction with leisure time activities. *Journal of Leisure Research*, 13(4), 337-352. Frederick, C. M., & Ryan, R. M. (1995). Self-determination in sport: A review using cognitive evaluation theory. *International Journal of Sport Psychology*, 26, 5-23. Guelford, J. P. (1965). *Fundamental statistics in psychology and education* (4th Ed.). New York: McGraw-Hill. Hair, J. F., Anderson, R. E., Tatham, R. L., & Black, W. C. (1998). *Multivariate data analysis* (5th Ed.). Boston, Massachusetts: Pearson Education Inc. Henderson, K. A. (1991). The contribution of feminism to an understanding of leisure constraints. *Journal of Leisure Research*, 23(4), 363-377. Hsieh, C. M. (1998). *Leisure attitudes, motivation, participation, and satisfaction: Test of model of leisure behavior*. Unpublished doctoral dissertation, Indiana University, Bloomington, IN. Iso-Ahola, S. E. (1980). *The Social Psychology of Leisure and Recreation*. Iowa: Wm. C. Brown Company. Iso-Ahola, S. E. (1989). Motivation for leisure. In Jackson E. L. & Burton T. L. (Eds.), *Understanding Leisure and Recreation in State College, Pennsylvania*: Venture. 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. Jackson, E. L. (1988). Leisure constraints: A survey of past research. *Leisure Sciences*, 10(2), 203-215. Jackson, E. L., & Searle, M. S. (1985). Recreation non-participation and barriers to participation: Concepts and models. *Loisiret Society and Leisure*, 8, 693-707. Kao, J. C. (1993). *A model of leisure satisfaction*. Unpublished doctoral dissertation, Indiana University, Bloomington, IN. Lu, L., & Argyle, M. (1994). Leisure Satisfaction and Happiness as a Function of Leisure Activity. *The Kaohsiung Journal of Medical Sciences*, 10(2), 89-96. Mannell, T. C. (1989). Leisure satisfaction. In E. L. Jackson & T. L. Burton (Eds.), *Understanding leisure and recreation: Mapping the past, charting the future*. State College, Pennsylvania: Venture Publishing. Maslow A. H. (1970). *Motivation and personality* (2nd.). New York: Harper. Pelletier, L. G., Fortier, M. S., Vallerand, R. J., Tuson, K. M., Briere, N. M., & Blais, M. R. (1995). Toward a new measurement of intrinsic motivation, extrinsic motivation, and amotivation in sports: The sport motivation scale (SMS). *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 17, 35-53. Pelletier, L. G., Vallerand, R. J., Green-Demers, I., Blais, M. R., & Briere, N. M. (1996). Construction and validation of the Leisure Motivation Scale. *Loisir et Societe*, 19, 559-585. Petrick, J. F., Backman, S. J., Bixler, R., & Norman, W. C. (2001). Analysis of golfer motivations and constraints by experience use history. *Journal of Leisure Research*, 33(1), 6-70. Raymore, L., Godbey, G. C., Crawford, D. W., & Von Eye, A. (1993). Nature and process of leisure constraints: An empirical test. *Leisure Sciences*, 15(2), 99-113. Ryan, R. M., & Connell, J. P. (1989). Perceived locus of causality and internalization: Examining reasons for acting in two domains. *Journal of Personality and Social Psychology*, 57(5), 749-761. Stebbins, R. A. (1982). Serious leisure: A conceptual statement. *Pacific Sociological Review*, 25, 251-272. Stebbins, R. A. (1992). Amateurs, professionals, and serious leisure. Montreal: McGraw-Queen's. Stebbins, R. A. (1993). Social word, life-style, and serious leisure: Toward a mesostructural analysis. Quebec:

McGill-Queens University Press. Stebbins, R. A. (1997). Casual leisure: A conceptual statement. *Leisure Studies*, 16, 17-25. Stebbins, R. A. (1998). Satisfaction in serious leisure. *After work: Searching for an optimal leisure lifestyle in the information age*. Washington: Temeron Books Inc. Stebbins, R. A. (2001). Serious leisure. *Society*, 38(4), 53-58. Stebbins, R. A. (2004). Serious leisure, volunteerism and quality of life. In J. T. Haworth & A. J. Veal (Eds.), *Work and Leisure*. London: Routledge.