

# 台灣地區高中生休閒需求及 休閒活動參與研究

研究主持人：張德聰博士

研究者：林烝增

研究單位：財團法人「張老師」基金會

中華民國 **101** 年 **9** 月

## 第一章 緒論

許多研究都證實人類的休閒活動與身心健康極有相關，隨著潮流、科技醫療健康之進步，健康與休閒愈受重視，加上社會問題複雜、市場競爭性強、生活壓力漸增等之情勢下，不同年齡層的社會大眾都有著不同休閒需求，依著環境變遷、時代科技發展，也擴展了更多不同休閒活動內容與型式。

### 第一節 研究動機及目的

休閒與人類身心健康密不可分，對青少年更是如此，不管是升學壓力下的生活品質、或為維持青少年時期重要的同儕關係，或發展出青少年自主性之個人興趣等，青少年的休閒需求與參與休閒活動對青少年階段都有重要影響。國內外文獻均可見休閒活動對青少年有探索認清自我、發展人際關係、充實生活圈，參與休閒活動過程更可以達到自我學習、自我實現。

趙善如(1995)休閒活動對於青少年身心發展具有重大影響：(1)青少年成長過程中，休閒活動是陶冶性情，發展自我的一個途徑，(2)休閒活動是青少年交朋友，建立同儕團體與參照標準的機會，(3)休閒活動具有調劑、紓解生活壓力的意義。林東泰(1997)研究指出，青少年生活中有許多的壓力，包括學業、人際關係等，有些壓力是自己和別人都無法覺察的，可以藉由適當休閒活動來加以舒緩。

回顧過去十五年關於青少年活動現況的調查及研究，民國八十年到九十年，台灣地區青少年的休閒活動幾乎是以「看電視」及「聽音樂」為主，而民國九十年，青少年「上網、打電動」的時間逐漸增加（財團法人「張老師」基金會，2005；行政院青年輔導委員會，2005）。

休閒活動是否隨著政府建設且提倡運動、使用網路社群活動或

遊戲之多元、以及世代科技產品日新月異而影響當代青少年的休閒的需求及參與情況，「張老師」基金會縱貫地從 2005 年至 2011 年的跨年代研究青少年之休閒情況，以瞭解當前青少年休閒需求、參與休閒的現況及其差異有助於我們關心青少年並提升其身心健康。

本研究欲瞭解當前高中生休閒活動參與需求，運用問卷及焦點團體探究需求及實際參與的差異，以作為青少年輔導工作推展的依據及參考。

## 第二節 研究問題

本研究提出研究問題如下：

- 一、 高中生休閒需求為何？
- 二、 高中生休閒活動參與情況為何？
- 三、 不同背景變項的高中生其休閒需求是否有所差異？
- 四、 不同背景變項的高中生其休閒活動參與是否有所差異？
- 五、 高中生休閒需求與實際參與的休閒活動是否有差異？

## 第三節 研究假設

本研究提出之研究假設如下：

- 一、 不同背景變項的高中生其休閒需求有顯著差異
  - (一) 不同地區的高中生其休閒需求有顯著差異
  - (二) 不同性別的高中生其休閒需求有顯著差異
  - (三) 可使用零用錢不同的高中生其休閒需求有顯著差異
  - (四) 父母婚姻狀況不同的高中生其休閒需求有顯著差異
- 二、 不同背景變項的高中生其休閒活動參與是否有所差異？
  - (一) 不同地區的高中生其休閒活動參與有顯著差異
  - (二) 不同性別的高中生其休閒活動參與有顯著差異
  - (三) 可使用零用錢不同的高中生其休閒活動參與有顯著差異

(四) 父母婚姻狀況不同的高中生其休閒活動參與有顯著差異  
三、目前高中生休閒需求與實際參與的休閒活動有顯著差異

## 第四節 名詞解釋

本節針對「高中生」、「休閒需求」、「休閒活動參與」等名詞進行界定。

### 1. 高中（職）生

本研究之高中生係指台灣地區在學的高中、高職學生，未包含中輟或未就學之學生。

### 2. 休閒需求

人類與生俱來就有不同的生、心理需求，藉由行為獲得滿足，不同的學者對於休閒需求的定義多半依此發展。張孝銘、高俊雄(2001)指出休閒需求乃個體藉由參與休閒活動所獲得的體驗來滿足自身生理及心理的需求。

本研究在休閒需求部份採取鄭順璉(2001)翻譯 Beard 與 Ragheb 於1983所編製的休閒動機量表 (Leisure Motivation Scale) 進行測量休閒需求，包括知識性、社交、能力精熟、刺激避免等四項休閒需求。

### 3. 休閒活動參與

本研究之休閒活動參與係指高中生在課餘所參與或進行的活動類型，這些活動類型包括「上網」、「看電視/電影/DVD」、「運動」、「戶外活動」、「社交活動」、「追星活動」、「靜態的活動」等七項類別。

## 第二章 文獻探討

茲將相關研究及文獻進行探討，共分三節，包括休閒需求、休閒參與、高中生休閒活動參與，分別說明如下。

## 第一節 休閒需求

### 一、 休閒需求的定義

休閒(leisure)於社會科學百科全書中是指源於希臘字schole學習活動，從古希臘時代的社會背景來看，貴族與自由市民因有奴隸代為勞動，因而能從辛勞的工作中自由的時間從事學習活動，因此休閒是一種需求(need)。Kelly(1990)也從時間、活動、體驗三個向度來闡釋休閒的定義，分別為1)休閒是在剩餘、可自由支配的時間下行使的；2)休閒活動的型式不拘；3)在休閒的過程中從中獲得滿足感。

需求在張氏心理學辭典的解釋有二，一為促使個體行為的內在動力，另一則是指個體內在的一種匱乏狀況，此一匱乏狀態，在性質上可能是生理方面的，也可能是心理方面的(張春興，1989)。

常被引用的需求理論為Maslow(1943)的需求層級與Lavery(1975)的ERG理論，此兩種理論都闡述了個體都會有許多不同的需求，而休閒即是屬於需求的一種，且需求的定義與理論是休閒需求的基礎。

Lavery(1975)認為休閒需求可分為三種：有效需求、展延需求，以及潛在需求。有效需求(effective demand)指的是人們願意且實際有能力獲得之需求；展延需求(deferred demand)指的是目前雖願意且有能力，但無法參與活動之需求，及目前缺乏設施，或因缺乏參與知識而未能參與之活動；潛在需求(potential demand)是指目前雖有意願但無能力取得之需求，及目前無能力參與，必須在個人阻礙因素(如金錢、時間、身體健康…等)改善後，才有能力參與的活動。

張孝銘、高俊雄(2001)認為休閒需求是指個體想要藉由參與休閒活動來滿足自身不同之內外在需求，主要包括：知識探究、社交互動、能力成就與身心釋放等需求。

鄧建中(2002)則綜合過去休閒需求理論提出需求來自於生活準備、發洩情感、生長需要、自我表現、健康需要、與他人互動、感覺

的需求。

綜上所述，休閒需求是個體藉由參與休閒活動所獲得的體驗來滿足自身生理及心理的需求。

在國內目前有 57 篇碩博論文研究有關休閒需求，僅有三篇針對國中生、一篇針對大學生的休閒需求進行研究，但對於高中生的休閒需求調查卻十分貧乏，在台灣升學主義下的高中階段，了解其休閒的需求實為重要。「張老師」基金會從 2005 年即展開調查、關心青少年之需求，本研究與 2010 年各針對高中、國中學生之的休閒需求進行研究，並瞭解休閒需求與休閒參與之情形。

## 二、 休閒需求的內容與評量工具

Beard 與 Raghed (1983) 的休閒動機量表 (Leisure Motivation Scale) 共分為四個因素：知識性、社交、能力精熟、刺激避免；這份問卷共 32 題，作答採李克特五點量表 (Likert Scale)。此量表原本是用來測量休閒參與的動機，但有學者發現該休閒動機量表可以用來明確地說明休閒的需求。此量表曾被使用在測量台中市老年人的休閒需求 (陳欣宏，2003)。

Kabanoff 和 O'Brien (1986) 將休閒需求分為自主 (autonomy) 需求、放鬆 (relaxation) 需求、家庭活動 (family activity) 需求、逃避例行公事 (escape from routine) 需求、互動 (interaction) 需求、刺激 (stimulation) 需求、技能利用 (skill-utilization) 需求、健康 (health) 需求、自尊 (esteem) 需求、挑戰競爭 (challenge/competition) 需求及領導社交 (leadership/social power) 需求等十一個構面來衡量休閒需求，評估受測者使用他們的休閒時間符合以上需求的程度。每構面兩題，共有 22 題，採李克特五點量表 (Likert Scale) 作答。此量表曾被使用在測量製造業與服務業員工之休閒需求研究 (林英顏，2004)。

王宏彰 (2004) 的「休閒需求量表」參考 Witt 與 Ellis (1987) 所發展編製的休閒診斷量表 (Leisure Diagnostic Battery, LDB) 之「休

閒需求」分量表，內容包括：放鬆、多餘的精力、補償、精神的淨化、適當的覺醒、合群、社交、創造力的表現、技能的發展、自我形象等十個層面20題，亦採李克特五點量表（Likert Scale）作答，本量表最初用在一般青少年與病人，後經修改運用於評估教師的休閒需求。

鄧建中（2002）所編製的休閒需求量表從兩方面來評估休閒需求：一為休閒心理需求，一為休閒活動需求。在休閒心理需求部份，以「生長需求」、「發洩情感需求」、「生活準備需求」、「健康需求」、「與他人互動需求」、「自我表現需求」、「感覺需求」等七項休閒心理需求類型作為量表發展的基礎，共有21題，採李克特五點量表（Likert Scale）作答，其Cronbach's  $\alpha$ 係數為0.8427，表示量表信度良好。在休閒活動需求部份，需求部份量表總計休閒活動項目共20項，依此休閒活動項目測量受訪者期望參與之休閒活動頻度，採李克特七點量表作答。

鄭順璵(2001)翻譯Beard 與 Ragheb於1983所編製的休閒動機量表（Leisure Motivation Scale）進行測量，全量表共有32題，依Beard 與 Ragheb(1983)研究可分為四個分量表，分別為智力性、社交性、勝任-熟練性與刺激-逃避性。在計分方式上，此一量表採用Likert五點量表來評量研究參與者的休閒動機，量表的得分代表研究參與者在各分量表及整體的休閒動機程度，分數越高表示其在各量表及整體的程度越高。原量表於台灣地區進行研究時經謝智謀修訂。

本研究在休閒需求部份採取鄭順璵(2001)翻譯Beard 與 Ragheb於1983所編製的休閒動機量表（Leisure Motivation Scale）進行測量休閒需求。

## 第二節 休閒參與

### 一、休閒參與的分類

國內對於休閒文獻相當多，但多以主觀分類法進行研究。陳彰儀(1989)指出一般對休閒活動分類常見方法有三種：包括：研究者主觀分

類法、因素分析法及多元尺度評定法。研究休閒活動參與的類型時，為簡化繁多的休閒活動項目，依照高中生所參與的休閒活動性質、目的、意義、自由程度、投入狀況、時間及對象而歸類成不同的休閒活動屬性。

呂有仁（2006）提出國內研究多採用主觀分類法為調查休閒參與之工具，以清楚瞭解加以彙集每一種休閒活動具有的共同特質，且各類型之間的關係很清楚。採用因素分析法時則無法清楚瞭解休閒參與活動類型的特性，造成各活動類型之間的關係不清楚，這種缺點在命名時便顯見。而多元尺度評定法採兩兩配對，由受試者評定對此兩種活動相似性的程度，由於兩兩配對問卷過程複雜，填答困難，實行上較不易，也較少人採用。

## 二、台灣地區高中生參與休閒活動類型研究

諸多研究對國內青少年休閒參與的現況進行調查，茲將近年研究整理為表 2-1。

表 2-1 台灣地區青少年休閒活動及參與現況

研究者（年代）	研究對象	休閒活動參與現況
許義雄（1993）	青少年	最常參與的休閒活動類型為：消遣性、娛樂性、閒逸性活動；男性在刺激追求、投機性、體能性、藝能性及其他之參與率高於女生，而女性則在舞蹈性、閒逸性、益智性及作業性活動高於男生。
林東泰（1994）	台北地區青少年	「看電視」皆為台北地區青少年最主要之室內休閒，其次為「聽廣播或音樂」、「閱讀書報雜誌」、「看錄影帶」。在室外休閒部份，不論任何休閒時段，「逛街購物」與「戶外球類」皆名列最主要的幾種休閒活動。



王淑女 (1995)	青少年	最常參與的休閒活動依序為：聽音樂或唱歌、聊天、看報紙、聽廣播、小睡、逛街
蘇慧君、劉玲君 (1995)	青少年	男生多喜歡動態的活動，女生則偏向喜愛靜態活動；少輔機構安置青少年與一般青少年不同的是，他們喜歡騎機車兜風或到KTV、卡拉OK唱歌
孫慶國 (1995)	青少年	青少年在課後最常從事的前五項休閒活動依序為：看電視、聽音樂、作運動、閱讀書報、打電動。
翁玉珠 (1995)	台北市國小五年級、國中及高中職二年級	青少年在休閒活動參與頻率與喜歡參與程度上，在活動種類上以大眾傳播活動參與頻率最高；以性別來論，女性青少年傾向選擇靜態性的休閒，而男性則多參與動態性活動
趙碧華、闕漢中 (1997)	台北地區高中生	針對台北地區高中青年生活型態的研究發現：「休閒性」事件，如動、靜態休閒活動居高中生日常生活的第二重要生活事件，僅次於上課、作功課、及學校生活等「結構性事件」。
行政院青輔會 (1998)	青少年	青少年從事之休閒活動，仍是以「看電視及錄影帶」為主，佔 61.5%，其次為郊遊、登山、健行、球類活動、拜會親朋鄰居、散步慢跑、看電影、逛街、釣魚、外出看MTV、唱卡拉OK。
鮑敦珮 (2002)	中部地區青少年	青少年最常從事之休閒活動依序是「看電視及錄影帶」(53%)、「聽音樂會」(47%)、「打籃球」(37%)、「戶外休閒」(24%)、
胡信吉 (2003)	花蓮地區青	花蓮地區青少年實際參與休閒活動項目

	少年	之排序，前十項依序為：看電視、聽音樂、聊天、騎腳踏車、打電玩、打球、上網、逛街購物、看漫畫、看報章雜誌。
曹以樂（2004）	大台北地區	大台北地區青少年的休閒活動參與不足，其中女生對於休閒活動參與較男生積極。年級(年齡)愈小對於休閒活動參與愈積極。國中生參與休閒活動情形優於高中職生。
呂有仁（2006）	嘉義地區	嘉義地區青少年最常參與的休閒活動項目的前 10 名依序為：和朋友聊天、小睡休息、聽音樂、看電視、玩電腦遊戲、上網找資料、幫忙家務、閱讀課外讀物、從事球類運動、戶外騎單車
羅智仁（2008）	台中市高中學生	台中市高中學生每週參與休閒運動的次數以二次為最多；每次參與時間為 31 至 45 分鐘。利用週休二日參與休閒運動的人數較多，而參與時段上則以 13：10 至 17：00 之間為最多。台中市高中學生最常參與之休閒運動種類，主要是「籃球」；其次為羽球、散步、自行車與慢跑。
鍾怡玲（2009）	布農族青少年	布農族青少年之休閒行為受到文化涵化的影響故存在傳統休閒及現代休閒兩者。
許麗霜（2009）	台南縣高中職學生	台南縣青少年在休閒參與方面以娛樂性活動較高。
林美儀（2010）	彰化地區完全中學	彰化縣完全中學學生休閒運動參與現況以球類運動的參與人數最多；每週參與的次數以一次為最多；參與的時間以半小時以上不到一小時為最多；參與的同伴以友

		伴為最多。
盧碧仙(2010)	國軍軍校學生	軍校生將近一半的多數人，都是喜歡從事團體性質的活動，以體育性質的活動為主，另外有四分之一的人，參加康樂性質的小團體活動。軍校生休閒活動參與動機上，在「社交支持」、「身心健康」、「知能成長」及「自我肯定」上都有明顯表現，在年齡及年級上呈現顯著的差異。
吳盛文(2011)	新竹縣公立國中學生	新竹縣公立國中學生休閒運動參與現況，以有從事休閒運動的學生最多，有955(59.8%)人，其中平均每週從事休閒運動三次以上的人較多，有557(34.9%)人。在最常參與的運動類型中，從事球類運動的學生最多，有605(63.4%)人。學生休閒運動參與動機以「心理需求」動機最高，以「知識需求」為最低。

根據上述研究結果及相關資料顯示，發現台北都會區的高中生的休閒活動娛樂性居高，台中地區及其他偏遠或非都會區青少年以運動型休閒活動居多。男女性在動態與靜態活動上有差別。

「張老師」基金會於2010年研究發現國中生參與各類休閒活動的情形多寡依序為：靜態的活動、看電視/電影/DVD、上網、運動、社交活動、戶外活動、追星活動。此研究將研究對象擴及高中職學生，以了解不同年齡青少年參與的休閒活動有何不同。

本研究所指休閒活動類型以下列七項類別進行調查：「上網」、「看電視/電影/DVD」、「運動」、「戶外活動」、「社交活動」、「追星活動」、「靜態的活動」等類型。

### 第三節 影響高中生休閒活動參與因素之研究

王梅香(2003)發現青少年的性別、學業成就、年級、學校類別、家庭社經地位與休閒參與類型有關係。其研究並發現青少年偏差行為程度會影響其休閒參與類型。

呂有仁(2006)青少年之休閒參與和情緒智力有密切之關係，因不同的社經地位、性別、年齡而選擇不同的活動，而且經過主觀的感受實際參與後，會有愉快的感受，最重要的是我們從休閒過程中獲得自我實現

許麗霜(2009)研究台南縣高中職學生發現不同性別及學校屬性之青少年在休閒態度上有顯著差異。不同年級及課業負擔之青少年在休閒態度上無顯著差異。

鍾怡玲(2009)布農族青少年因「環境提供機會」、「重要他人影響」及「個人內在支持」影響而有機會從事傳統休閒行為。布農族青少年因「環境產生改變」、「同儕友伴影響」、「個人內在阻礙」而阻礙從事傳統休閒行為。

盧碧仙(2010)研究國軍軍校學生發現軍校生休閒活動參與動機上，在「社交支持」、「身心健康」、「知能成長」及「自我肯定」上都有明顯表現，在年齡及年級上呈現顯著的差異。

上述研究皆發現性別、年級/年齡、家庭社經地位，以及居住地區等背景變項對休閒活動的參與皆有不同的差異，本研究將加入背景變項，更詳盡瞭解目前高中生休閒需求與活動參與的現況。

### 第三章 研究方法

本研究採用質化及量化研究，以問卷調查高中生休閒需求、休閒活動參與現況，及其個人與家庭背景變項之差異情形。並輔以焦點團體法蒐集高中職學生參與休閒實際情況之資料分析。

本章共分四節，包括：第一節研究架構，第二節研究對象及取樣方法，第三節研究工具及資料蒐集，第四節為資料分析。

#### 第一節 研究架構

本研究欲瞭解高中生的休閒需求與休閒活動參與現況，以樣本之個人背景（包括學校類別、性別、年齡與零用錢使用金額）與家庭背景（包括父母婚姻狀況、父母教育程度、居住地區等）為背景變項，本研究之架構如圖 3-1 所示。

研究者預測個人背景變項對高中生的休閒需求以及休閒活動參與之間可能具有相關性，高中生的休閒需求與其選擇的休閒活動參與也具有相關，休閒需求可以預測高中生選擇的休閒活動。家庭背景變項在高中生休閒需求與休閒活動參與中扮演了一個調節變項 (moderation) 的作用，也就是說高中生的個人休閒需求對於其選擇的休閒活動參與會受到家庭背景變項的影響而有所改變。

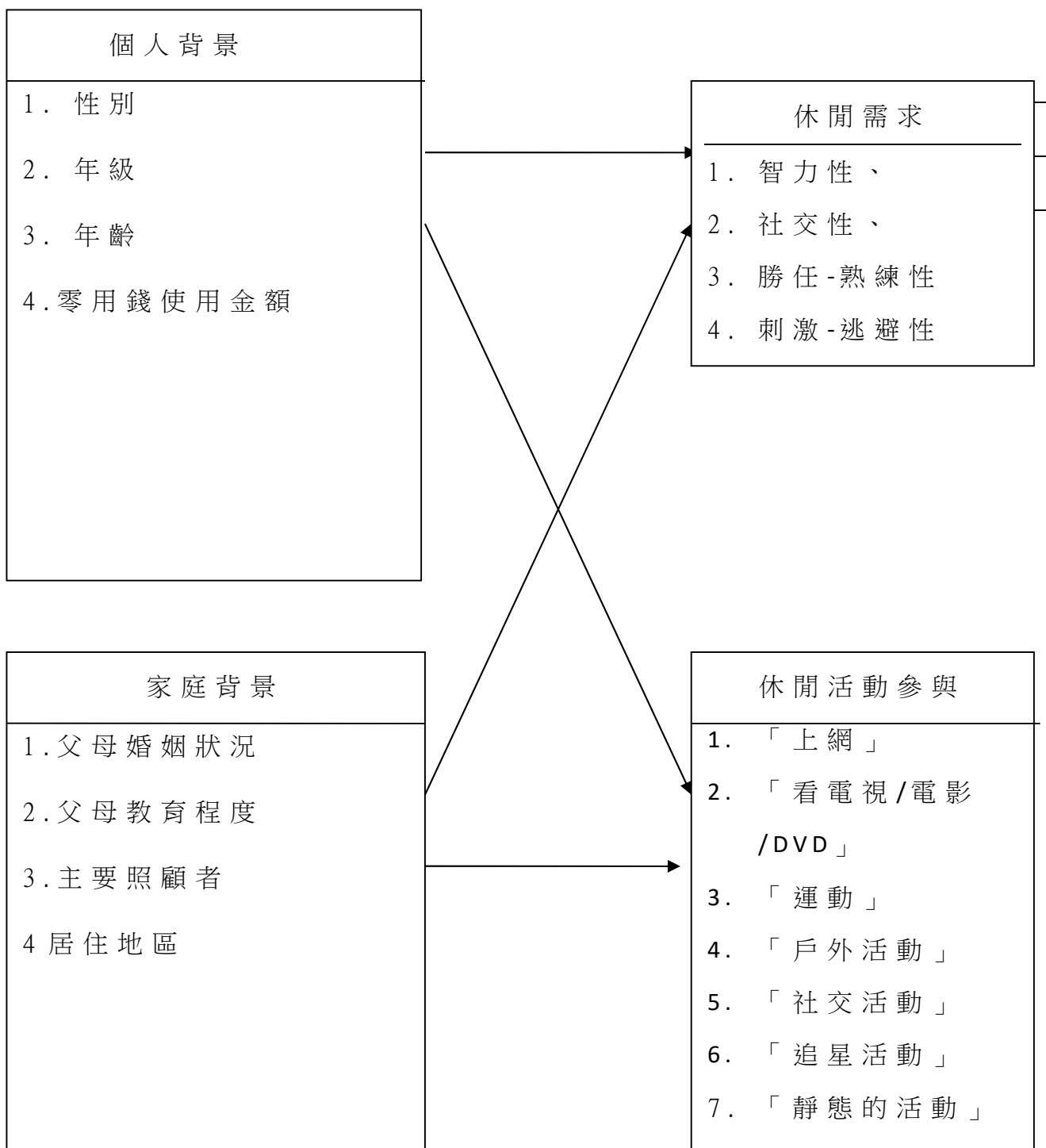


圖 3-1 研究架構圖

## 第二節 研究對象

本研究研究對象為在校高中生。樣本抽取地區為台灣北、中、南、東及離島五區，計台北市、新北市、基隆市、宜蘭縣市、桃園縣市、新竹縣市、苗栗縣市、台中市、台南市、雲林縣市、彰化縣市、南投縣市、嘉義縣市、高雄市、屏東縣市、花蓮縣、台東縣市，以及離島(澎湖、金門)。

本研究預試對象以台北市、新北市為主，樣本 100 份。正式樣本份數預計抽樣 4000 份，採「分層叢集取樣法」的方式來抽取樣本：依據教育部公佈之 100 學年度台灣區高中學生數，按其百分比率分層抽樣。為顧及樣本之代表性，不足一班(35 人)則以一班學生計算，每縣市至少各年級各一班。如表 3-1 及 3-1，問卷共發出 4000 份，扣除無效問卷份，有效問卷 3620 份，問卷回收率達 90.5%。

焦點訪談部分，本研究於北中南地區，立意選取願意配合調查之學校，台北選取一所高中及一所職校，分別為台北市松山工農及於台北市成淵高中進行各一場焦點團；中部及南部各選取一學校分別為台中縣明台高級中學及高雄市雄商，進行焦點團體訪談，總共辦理四場高中職生焦點團體訪談進行資料蒐集。每個團體各 8 位高一、高二、高三之男女學生，共計有 32 位高中職學生參加。

表 3-1 「台灣地區高中生休閒需求及休閒活動參與現況調查研究」  
受試樣本抽樣比率分配一覽表(高級中學部分)

縣市別	一年級	二年級	三年級	合計班級數	備註
基隆市	1	-	-	1	
台北市	1	2	3	6	
新北市	3	2	-	4	
桃園縣	-	3	-	3	
新竹市	-	1	-	1	
新竹縣	-	1	-	1	
苗栗縣	1	-	-	1	
台中市	1	2	1	4	
彰化縣	-	2	-	2	
南投縣	-	1	-	1	
雲林縣	-	1	-	1	
嘉義市	-	-	1	1	
嘉義縣	-	1	-	1	
台南市	1	-	2	3	
高雄市	-	2	3	5	
屏東縣	-	-	1	1	
宜蘭縣	-	1	-	1	
花蓮縣	-	1	-	1	
台東縣	-	1	-	1	
澎湖縣	1	-	-	1	
金門縣	-	1	-	1	



表 3-2 「台灣地區高中生休閒需求及休閒活動參與現況調查研究」  
受試樣本抽樣比率分配一覽表(職業學校部分)

縣市別	一年級	二年級	三年級	合計	備註
基隆市	1	-	-	1	
台北市	3	3	-	6	
新北市	2	4	3	9	
桃園縣	3	2	1	6	
新竹市	2	-	-	2	
新竹縣	-	2	-	2	
苗栗縣	1	-	1	2	
台中市	3	2	4	9	
彰化縣	-	3	1	4	
南投縣	1	1	-	2	
雲林縣	-	1	1	2	
嘉義市	-	-	1	1	
嘉義縣	-	-	2	2	
台南市	2	2	2	6	
高雄市	3	1	4	7	
屏東縣	-	1	2	3	
宜蘭縣	-	2	-	2	
花蓮縣	-	-	1	1	
台東縣	-	1	-	1	
澎湖縣	-	-	1	1	
金門縣	-	1	-	1	

### 第三節 研究工具及資料蒐集

本研究採混合研究進行，一方面以問卷進行調查並作量化統計，另一方面採用焦點團體訪談，將資料做質化分析。

#### 一、研究工具

本研究之研究工具為一自陳式問卷，延續本會「2010年台灣地區國中生休閒需求及休閒活動參與現況調查」使用之問卷，問卷內容包括：基本資料、休閒需求與活動參與情況三部分。

在休閒需求的部分，採用鄭順聰(2001)翻譯 Beard 與 Ragheb 於 1983 所編製的休閒動機量表 (Leisure Motivation Scale) 進行測量，全量表共有 32 題，計有智力性、社交性、勝任-熟練性、刺激-逃避性等四個分量表，各分量表  $\alpha$  係數從 .90~.92、各分量表間的相關係數在 .17~.48 間。全量表可分為四個分量表及一個總量表分數，分數愈高其在各分量表及整體休閒動機的程度愈高。原量表於台灣地區進行研究時經謝智謀修訂，以 503 位大學生為研究對象，各分量表的內部一致性 (Cronbach  $\alpha$ ) 係數介於 .82 ~ .86 間，總量表的內部一致性 (Cronbach  $\alpha$ ) 係數為 .89，顯示有相當高的內部一致性 (Hsieh, 1998)。與原量表差距不遠。智力性 (M=29.92, SD=3.96)、社交性 (M=29.26, SD=4.62)、勝任-熟練性 (M=30.82, SD=4.46)、刺激-逃避性 (M=31.85, SD=4.04)。

在休閒活動參與現況的部分，本研究係指高中生在課餘所參與或進行的活動類型，這些活動類型依照財團法人「張老師」基金會(2006)所做調查研究結果分類，包括「上網(包括線上遊戲、聊天、部落格……等)」、「看電視/電影/DVD」、「運動(如打球、游泳、滑板……等)」、「戶外活動(如登山、健行、攀岩……等)」、「社交活動(如唱歌、逛街、聚餐……等)」、「追星活動(演唱會、簽唱會、歌友會、握手會……等)」、「靜態的活動(如閱讀、聽音樂……等)」七類，此一分類方法按陳彰儀(1989)所指三類分類方法，屬主觀分類法。

計分方式以研究參與者一週大約花多少時間從事該休閒活動計分，「不足 6 小時」以 1 分計；「6 小時至未滿 11 小時」以 2 分計；「11 小時至未滿 16 小時」以 3 分計；「16 小時至未滿 21 小時」以 4 分計；「21 小時以上」以 5 分計，研究參與者在該類休閒活動的得分越高，表示研究參與者在休閒時間中愈傾向選擇該類所描述的休閒活動。

## 二、問卷之信效度分析

本調查使用是以 Cronbach's  $\alpha$  一致性係數作為評測信度 (reliability) 的指標，也用以表示此測驗或問卷調查的內部一致性，亦即代表組成問卷之問項間的同質性也會越高。

「休閒需求」問卷可分為四個因素：智力性、社交性、勝任-熟練性與刺激-逃避性。

## 三、焦點團體訪談

焦點團體訪談以半結構訪談並參考問卷無法蒐集資料進行深入訪談，以增加研究資料的豐厚性，藉不同研究方法以增加研究之信實度。焦點團體分別於 100 年 12 月 26 日、12 月 28 日分別於高雄市雄商及台中縣明台高級中學、101 年 2 月 15 及 22 日分別台北市松山工農及於台北市成淵高中進行焦點團體，共於北、中、南區共四場高中職生焦點團體訪談進行資料蒐集，每個團體約 8 位高一、高二、高三之男女學生，由研究者擔任訪談員進行訪談。經過老師推薦有意願參與研究訪談之學生簽署訪談及錄音同意書（如附錄二）後進行。共計有 32 位高中職學生參加。

訪談問題如下：

1. 可以請你們說說看你們覺得什麼是休閒活動？
2. 根據剛剛大家講的，你目前有從事哪些休閒活動呢？
3. 通常每週或每天花費你多少的時間呢？在哪裡進行？（時間或地點對你從事休閒的影響？）
4. 你和誰一起從事這些休閒活動？（他們對你從事休閒的影響？）

5. 什麼原因讓你會想要選擇這些休閒活動呢？
6. 你有很想從事的休閒活動，現實中卻很難實現的，有嗎？何以你需要這類休閒活動？
7. 從事這些休閒活動，你體會到它對你有何幫助？
8. 家裡誰最支持你從事這些休閒活動？家人對你從事休閒的影響是什麼？
9. 你希望父母、學校或政府可以多做些什麼？讓你們在參與休閒活動時更便利或更願意參與呢？
10. 你是否知道目前台北市（哪些縣市）有設置運動中心？有去使用過嗎？未去過的同學什麼情況下會去使用？

#### 第四節 資料分析

研究蒐集到的問卷資料將以 SPSS 進行以下統計分析：

- (1) 描述性統計分析：將所得資料歸類整理，以顯示、分析，與描述其次數分配狀況，主要用以分析研究對象之個人基本變項、休閒需求及參與現況。
- (2) T 檢定與變異數考驗：為了解、對照、分析樣本類別變項之分佈差異關係。

研究中以焦點團體訪談所得的訪談資料，內容進行逐字稿謄寫，對於內容予以開放性編碼加以分析整理。

## 第四章 研究結果

本章主要在於探討台灣地區高中生休閒需求及休閒活動參與之研究,有關研究結果共分為四節,第一節為樣本背景變項之描述統計分析;第二節為高中生休閒需求及休閒活動參與之描述統計分析;第三節為高中生之背景變項與休閒需求之統計分析;第四節為高中生之背景變項與休閒活動參與之統計分析;第五節為高中生休閒需求與休閒參與的關係;第六節訪談資料分析。茲分述如下:

### 第一節 樣本分析

本研究以臺灣地區高中職學生樣本,先以描述統計進行分析,主要目的在於瞭解受試樣本之背景變項狀況。

由表 4-1 全體樣本分配情形得知,在年級別方面,以「高二」居多數(佔 40.1%)。在性別方面,以「女生」居多數(佔 51.2%)。在年齡方面,則以「17 歲」居多數(佔 42.47%)、其次為「16 歲」(佔 34.74%)。在每週可使用的零用錢方面,以「101 元—499 元/週」為最多(佔 38.8%),其次為「100 元以下/週」(佔 27.5%)。在父母婚姻狀況方面,以「同住」者為多(佔 82.7%)。在主要照顧者方面,以「父母」居多數(佔 93.9%)。在父親教育方面,以「高中職」之學歷為多(佔 41.6%),其次為「大學、專科」之學歷(佔 28.7%)。在母親教育方面,以「高中職」之學歷為多(佔 49.3%),其次為「大學、專科」之學歷(佔 25.8%)。在居住縣市方面,以「台中市」為多(佔 17.2%),其次為「台北市及新北市」(佔 16.4%)、「桃園縣市」(佔 12.0%)、「高雄市」(佔 10.7%)、「台南市」(佔 9.1%)。

表 4-1. 基本資料分析

(一) 年級

年級	樣本數	百分比
高一	1,129	31.2%
高二	1,452	40.1%
高三	1,039	28.7%
總計	3,620	100.0%

(二) 性別

性別	樣本數	百分比
男	1,767	48.8%
女	1,853	51.2%
總和	3,620	100.0%

(三) 年齡

年齡	樣本數	百分比
15	337	9.34%
16	1,253	34.74%
17	1,532	42.47%
18 歲以上	485	13.45%
遺漏值	13	
總和	3,607	100.00%

(四) 零用錢

零用錢	樣本數	百分比
100 元以下 / 週	990	27.5%
101 元 — 499 元 / 週	1,397	38.8%
500 元 — 999 元 / 週	851	23.6%
1000 元以上 / 週	364	10.1%

遺漏值	18	
總和	3,602	100.0%

(五) 父母婚姻狀況

父母婚姻狀況	樣本數	百分比
同住	2,975	82.7%
分居	133	3.7%
離婚	305	8.5%
再婚	27	0.8%
有一方過世	138	3.8%
父母雙亡	19	0.5%
其他	2	0.1%
遺漏值	21	
總和	3,599	100.0%

(六) 主要照顧者

主要照顧者	樣本數	百分比
父母	3,384	93.9%
祖父母	103	2.9%
外公、外婆	55	1.5%
其他親戚	62	1.7%
遺漏值	16	
總和	3,604	100.0%

(七) 父親教育程度

父親教育程度	樣本數	百分比
小學	175	4.8%
國中	600	16.6%
高中職	1,506	41.6%

大學、專科	1,040	28.7%
研究所以上	266	7.3%
遺漏值	33	
總和	3,587	100.0%

(八) 母親教育程度

母親教育程度	樣本數	百分比
小學	215	6.0%
國中	546	15.2%
高中職	1,770	49.3%
大學、專科	926	25.8%
研究所以上	130	3.6%
遺漏值	33	
總和	3,587	100.0%

(九) 居住縣市

居住縣市	樣本數	百分比
台北市新北市	572	16.4%
基隆市	55	1.6%
宜蘭縣市	125	3.6%
桃園縣市	420	12.0%
新竹縣市	246	7.0%
苗栗縣市	32	0.9%
台中市	600	17.2%
台南市	318	9.1%
雲林縣市	143	4.1%
彰化縣市	190	5.4%
南投縣市	132	3.8%



台灣地區高中生休閒需求及休閒活動參與研究

高雄市	374	10.7%
屏東縣市	63	1.8%
花蓮縣	105	3.0%
台東縣市	114	3.3%
離島(金門澎湖)	3	0.1%
遺漏值	128	
總和	3,492	100.0%

## 第二節 休閒需求及休閒活動參與之分析

本節包括休閒需求及休閒活動參與之現況分析，分述如下：

### 一、休閒需求分析

在休閒需求方面，其高中生的休閒需求按照比例高低依序為「為了放鬆情緒」、「刺激-逃避和緊張」、「與人建立友誼」、「參與休閒活動使我感覺很好」、「認識新朋友或不同人群」、「發現新事物」、「與人產生互動」、「滿足好奇心」、「使身體獲得舒緩」與「學習周遭的事物」等項目。整體來看這前十項高分的休閒需求中，有三項需求是屬於「刺激-逃避性需求」，有三項是「智力性需求」，有三項「是社交性需求」，一項為「勝任-熟練需求」，詳如表 4-2

表 4-2 休閒需求摘要表

休閒需求	平均數	標準差
智力性	4.52	.714
社交性	4.02	.632
勝任-熟練性	3.85	.677
刺激-逃避性	4.02	.646

由上表可知，高中生的休閒需求最高為：智力性，其次為社交性與刺激-逃避性，最後是勝任-熟練性。休閒需求之描述統計分析則如表 4-3。

表 4-3. 休閒需求之描述統計分析

題數	休閒需求	平均數	同意	非常同意	同意比例	排序
1	發掘新觀念	3.86	46.3	22.2	68.5	20
2	滿足好奇心	4.12	48.7	33.7	82.4	8
3	學習周遭的事物	4.03	51.4	27.8	79.2	10
4	拓展知識領域	3.99	47	28.2	75.2	13
5	多認識自己	3.98	39	32.2	71.2	18
6	發現新事物	4.16	47.2	36.2	83.4	6
7	增加創造力	4	39.9	32.5	72.4	16
8	激發想像力	4.02	39.1	34.2	73.3	15
9	與人產生互動	4.26	36.5	46.9	83.4	6
10	與人建立友誼	4.31	34.1	50.7	84.8	3
11	想擁有歸屬感	3.95	34.3	33.8	68.1	21
12	向人顯示自己才幹	3.39	26	17	43	32
13	認識新朋友或不同人群	4.25	39.6	44.7	84.3	5
14	向別人表達自己的想法感覺或特長	3.78	40.2	22.6	62.8	25
15	尋求知己	4.08	38.4	37.6	76	12
16	得到別人的尊重	4	38.2	34	72.2	17
17	視為一種自我能力的挑戰	3.96	41.5	29.6	71.1	19
18	使我更有精力	3.85	40.3	25.5	65.8	24
19	藉參與來增進自己的技巧或能力	4.08	44.1	34	78.1	11
20	參與休閒活動使我感覺很好	4.26	40.1	44.5	84.6	4
21	保持身材	3.6	28.2	22.2	50.4	31
22	發揮自己的運動才能	3.62	31.7	22.1	53.8	30
23	增進運動技巧和能力	3.72	34.8	25.1	59.9	27
24	強化體適能	3.7	33.8	24.3	58.1	28

台灣地區高中生休閒需求及休閒活動參與研究

25	放慢生活步調	3.81	35.4	27.3	62.7	26
26	為了休假	3.71	29.5	27.7	57.2	29
27	為了放鬆情緒	4.32	37.5	48.6	86.1	1
28	逃避日常生活的擁擠和吵雜	3.91	30.8	35.5	66.3	23
29	使身體獲得舒緩	4.15	43.1	37.7	80.8	9
30	因為有時想要獨處	3.91	33.8	33.7	67.5	22
31	減少我在時間上的緊湊感	4.04	37	36.6	73.6	14
32	刺激-逃避和緊張	4.3	37.3	47.9	85.2	2

## 二、休閒活動參與之現況分析

在休閒活動參與方面，高中生在「上網」、「看電視/電影/DVD」、「運動」、「戶外活動」、「社交活動」、「追星活動」的參與時數，皆以不足 6 小時為最多，而「靜態活動」的參與時數則以 6 小時至未滿 11 小時為多。詳見表 4-4。

表 4-4. 休閒活動參與之描述統計分析

活動項目	參與時數	次數	百分比
上網	不足 6 小時	1,403	38.8%
	6 小時至未滿 11 小時	833	23.0%
	11 小時至未滿 16 小時	532	14.7%
	16 小時至未滿 21 小時	275	7.6%
	21 小時以上	478	13.2%
看電視/電影/DVD	不足 6 小時	1,542	42.6%
	6 小時至未滿 11 小時	993	27.4%
	11 小時至未滿 16 小時	533	14.7%
	16 小時至未滿 21 小時	209	5.8%
	21 小時以上	245	6.8%
運動	不足 6 小時	2,391	66.0%
	6 小時至未滿 11 小時	686	19.0%
	11 小時至未滿 16 小時	266	7.3%

台灣地區高中生休閒需求及休閒活動參與研究

	16 小時至未滿 21 小時	85	2.3%
	21 小時以上	94	2.6%
戶外活動	不足 6 小時	3,014	83.3%
	6 小時至未滿 11 小時	312	8.6%
	11 小時至未滿 16 小時	104	2.9%
	16 小時至未滿 21 小時	52	1.4%
	21 小時以上	39	1.1%
社交活動	不足 6 小時	2,099	58.0%
	6 小時至未滿 11 小時	887	24.5%
	11 小時至未滿 16 小時	318	8.8%
	16 小時至未滿 21 小時	103	2.8%
	21 小時以上	114	3.1%
追星活動	不足 6 小時	3,307	91.4%
	6 小時至未滿 11 小時	104	2.9%
	11 小時至未滿 16 小時	51	1.4%
	16 小時至未滿 21 小時	20	0.6%
	21 小時以上	39	1.1%
靜態活動	不足 6 小時	848	23.4%

6 小時至未滿 11 小時	1,063	29.4%
11 小時至未滿 16 小時	715	19.8%
16 小時至未滿 21 小時	324	9.0%
21 小時以上	571	15.8%

\*由於「其他」項目遺漏值過多，不列入計算

### 第三節 背景變項與休閒需求之統計分析

本節以休閒需求為依變項，性別、學校年級、年齡、每週可使用之零用錢、家庭主要照顧者、父親教育程度、母親教育程度與居住地區等基本變項，探討背景變項與休閒需求之間的關係，分別以獨立樣本 t 考驗與單因子變異數分析進行背景變項與休閒需求之統計分析。因為父母婚姻狀況某些項度之樣本數過少，故不進行 ANOVA 分析。

#### 一、高中生性別與其休閒需求之差異分析

由表 4-5 得知，高中生不同的性別在休閒需求上有差異，女生在智力性及社交性及刺激-逃避性休閒需求高於男生，勝任-熟練性的休閒需求則是男生高於女生（ $p < 0.01$ ）。

表 4-5. 性別與休閒需求之 T 檢定摘要表

休閒需求	樣本數	平均數	標準差	t	p 顯著性
智力性	男 1,761	4.463	.787	-4.520	**
	女 1,852	4.570	.634		
社交性	男 1,761	3.974	.697	-4.397	**
	女 1,852	4.066	.560		

勝任-熟練性	男	1,759	3.888	.720	3.461	**
	女	1,850	3.810	.631		
刺激-逃避性	男	1,740	3.943	.680	-6.874	**
	女	1,842	4.090	.603		

\*\*p<0.01,\*p<0.05

## 二、高中生學校年級與其休閒需求之差異分析

由表 4-6 得知，不同的年級在其休閒需求有明顯的差異，在「智力性」與「社交性」等兩項休閒需求之 F 值達到顯著，進行事後比較；其他之 F 值並無達到顯著，故不進行事後比較。

表 4-6. 學校年級與休閒需求之 ANOVA 摘要表

	平方和	自由度	平均平方和	F	顯著性
智力性					
組間	4.462	2	2.231	4.382*	.013
組內	1837.799	3,610	.509		
社交性					
組間	3.675	2	1.838	4.608*	.010
組內	1439.695	3,610	.399		
勝任-熟練					
組間	1.803	2	.902	1.969	.140
組內	1651.090	3,606	.458		
刺激-逃避					
組間	1.567	2	.783	1.879	.153
組內	1491.945	3,579	.417		

\*\*p<0.01,\*p<0.05

由表 4-7 得知，不同年級的高中生在「智力性」上有明顯差異 (p<0.01)，「高三」學生的自我充實分數高於「高二」學生，其他年級之間則無顯著差異。

表 4-7. 事後比較分析表(智力性)

智力性	平均數差異	標準誤	顯著性
-----	-------	-----	-----



高一	高二	.046	.028	.263
	高三	-.039	.031	.453
高二	高一	-.046	.028	.263
	高三	-.085*	.029	.014
高三	高一	.039	.031	.453
	高二	.085*	.029	.014

\*\*p<0.01,\*p<0.05

由表 4-8 得知，不同年級的高中生在「社交性」上有明顯差異，「高三」學生的休閒需求之「社交性」分數高於「高二」，其他年級之間則無顯著差異。

表 4-8. 事後比較分析表(社交性)

休閒需求之差異				
社交性		平均數差異	標準誤	顯著性
高一	高二	.041	.025	.262
	高三	-.036	.027	.411
高二	高一	-.041	.025	.262
	高三	-.077*	.026	.011
高三	高一	.036	.027	.411
	高二	.077*	.026	.011

\*\*p<0.01,\*p<0.05

### 三、高中生年齡與休閒需求之差異分析

由表 4-9 得知，不同的高中生年齡在休閒需求並無明顯差異，F 值皆無達到顯著，故不進行事後比較。

表 4-9 高中生年齡與休閒需求之 ANOVA 摘要表

	平方和	自由度	平均平方和	F	顯著性
智力性					
組間	5.044	6	.841	1.650	.129
組內	1837.217	3,606	.509		

社交性					
組間	3.910	6	.652	1.633	.134
組內	1439.460	3,606	.399		
勝任-熟練					
組間	3.645	6	.607	1.327	.241
組內	1649.248	3,602	.458		
刺激-逃避					
組間	2.855	6	.476	1.141	.336
組內	1490.657	3,575	.417		

\*\*p<0.01,\*p<0.05

#### 四、高中生每週可使用之零用錢與休閒需求之差異分析

由表 4-10 得知，高中生每週可使用之零用錢與其休閒需求之間並無明顯差異，經 ANOVA 統計其 F 值並無達到顯著，故不進行事後比較。

表 4-10 零用錢與休閒需求之 ANOVA 摘要表

	平方和	自由度	平均平方和	F	顯著性
智力性					
組間	.248	3	.083	.162	.922
組內	1835.318	3,592	.511		
社交性					
組間	.343	3	.114	.286	.836
組內	1437.770	3,592	.400		
勝任-熟練					
組間	1.041	3	.347	.759	.517
組內	1640.101	3,588	.457		
刺激-逃避					
組間	5.891	3	1.964	4.721	.003

組內	1481.238	3,561	.416
----	----------	-------	------

\*\* p<0.01, \* p<0.05

五、 高中生主要照顧者與休閒需求之差異分析

由表 4-11 得知，高中生不同的主要照顧者與休閒需求之差異方面，在刺激-逃避上其 F 值達到顯著，進行事後比較，但表 4-12 得知，主要照顧者中並無任何兩組有顯著差異。

表 4-11 主要照顧者與休閒需求之 ANOVA 摘要表

	平方和	自由度	平均平方和	F	顯著性
智力性					
組間	3.379	3	1.126	2.209	.085
組內	1832.208	3,594	.510		
社交性					
組間	2.865	3	.955	2.392	.067
組內	1435.269	3,594	.399		
勝任-熟練					
組間	1.101	3	.367	.803	.492
組內	1640.141	3,590	.457		
刺激-逃避					
組間	5.485	3	1.828	4.397*	.004
組內	1481.665	3,563	.416		

\*\* p<0.01, \* p<0.05

表 4-12 事後比較分析表(刺激-逃避)

刺激-逃避	平均數差異	標準誤	顯著性	
父母	祖父母	.130	.065	.265
	外公、外 婆	.211	.088	.122
	其他親戚	.164	.083	.267

祖父母	父母	-.130	.065	.265
	外公、外婆	.081	.108	.904
	其他親戚	.034	.104	.991
外公、外婆	父母	-.211	.088	.122
	祖父母	-.081	.108	.904
	其他親戚	-.047	.119	.985
其他親戚	父母	-.164	.083	.267
	祖父母	-.034	.104	.991
	外公、外婆	.047	.119	.985

\*\*p<0.01,\*p<0.05

#### 六、高中生父母親的教育程度與休閒需求之差異分析

由表 4-13 得知，高中生父親不同的教育程度在其休閒需求上有差異，分別在智力性與社交性等兩項上 F 值達到顯著，進行事後比較；其他項目之 F 值並無達到顯著，故不進行事後比較。

表 4-13 父親學歷與休閒需求之 ANOVA 摘要表

	平方和	自由度	平均平方和	F	顯著性
智力性					
組間	8.403	4	2.101	4.125*	.002
組內	1821.116	3,576	.509		
社交性					
組間	6.314	4	1.578	3.957*	.003
組內	1426.438	3,576	.399		
勝任-熟練					
組間	2.131	4	.533	1.167	.323
組內	1631.028	3,572	.457		

刺激 - 逃避					
組間	3.850	4	.963	2.310	.056
組內	1477.104	3,545	.417		

\*\* p<0.01, \* p<0.05

由表 4-14 得知，高中生父親不同的教育程度在智力性的休閒需求有顯著差異，父親教育程度「高中職」其分數高於「小學」程度者，其他組群則無顯著差異。

表 4-14 事後比較分析表(父親教育程度與智力性)

智力性		平均數差異	標準誤	顯著性
小學	國中	-.107	.061	.554
	高中職	-.192*	.057	.023
	大學、專科	-.175	.058	.061
	研究所以上	-.120	.070	.564
國中	小學	.107	.061	.554
	高中職	-.086	.034	.188
	大學、專科	-.069	.037	.477
	研究所以上	-.013	.053	1.000
高中職	小學	.192*	.057	.023
	國中	.086	.034	.188
	大學、專科	.017	.029	.986
	研究所以上	.072	.048	.676
大學、專科	小學	.175	.058	.061

	國中	.069	.037	.477
	高中職	-.017	.029	.986
	研究所以 上	.055	.049	.866
	小學	.120	.070	.564
	國中	.013	.053	1.000
研究所以 上	高中職	-.072	.048	.676
	大學、專 科	-.055	.049	.866

\*\* p<0.01, \* p<0.05

由表 4-15 得知，高中生父親不同的教育程度其休閒需求在「社交性」方面有顯著差異，父親教育程度為「高中職」者其分數高於「小學」程度者，其他組群則無顯著差異。

表 4-15 事後比較分析表(父親教育程度與社交性)

社交性		平均數差異	標準誤	顯著性
	國中	-.078	.054	.724
	高中職	-.156*	.050	.048
小學	大學、專 科	-.152	.052	.070
	研究所以 上	-.104	.062	.585
	小學	.078	.054	.724
	高中職	-.078	.031	.159
國中	大學、專 科	-.074	.032	.264
	研究所以 上	-.026	.047	.990
高中職	小學	.156*	.050	.048

	國中	.078	.031	.159
	大學、專 科	.004	.025	1.000
	研究所以 上	.053	.042	.814
<hr/>				
	小學	.152	.052	.070
	國中	.074	.032	.264
大學、專科	高中職	-.004	.025	1.000
	研究所以 上	.049	.043	.870
<hr/>				
	小學	.104	.062	.585
	國中	.026	.047	.990
研究所以上	高中職	-.053	.042	.814
	大學、專 科	-.049	.043	.870

\*\*p<0.01,\*p<0.05

由表 4-16 得知，高中生母親不同的教育程度其休閒需求在「刺激-逃避休閒」方面 F 值達到顯著，進行事後比較；其他項目之 F 值並無達到顯著，故不進行事後比較

表 4-16 母親學歷與休閒需求之 ANOVA 摘要表

	平方和	自由度	平均平方和	F	顯著性
<hr/>					
智力性					
組間	4.760	4	1.190	2.332	.054
組內	1824.758	3576	.510		
<hr/>					
社交性					
組間	3.548	4	.887	2.219	.064
組內	1429.204	3576	.400		
<hr/>					
勝任-熟練					

組間	2.181	4	.545	1.194	.311
組內	1630.978	3572	.457		
<hr/>					
刺激-逃避					
組間	4.646	4	1.162	2.789*	.025
組內	1476.308	3545	.416		

\*\* p<0.01, \* p<0.05

由表 4-17 得知，不同母親教育程度之高中生在休閒需求之差異，在「刺激-逃避」方面，無顯著差異。

表 4-17 事後比較分析表(母親教育程度與刺激-逃避)

刺激-逃避		平均數差異	標準誤	顯著性
小學	國中	-.010	.052	1.000
	高中職	-.040	.047	.947
	大學、專科	-.082	.049	.600
	研究所以	.092	.072	.806
	上			
國中	小學	.010	.052	1.000
	高中職	-.031	.032	.921
	大學、專科	-.072	.035	.379
	研究所以	.101	.063	.633
	上			
高中職	小學	.040	.047	.947
	國中	.031	.032	.921
	大學、專科	-.041	.026	.651
	研究所以	.132	.059	.286
	上			



	小學	.082	.049	.600
	國中	.072	.035	.379
大學、專科	高中職	.041	.026	.651
	研究所以上	.173	.061	.087
	小學	-.092	.072	.806
	國中	-.101	.063	.633
研究所以上	高中職	-.132	.059	.286
	大學、專科	-.173	.061	.087

\*\*p<0.01,\*p<0.05

#### 七、高中生居住之縣市與休閒需求之差異分析

由表 4-18 得知，不同居住縣市的高中生在休閒需求之差異，其中在「智力性」、「社交性」、「刺激-逃避」等三項方面其 F 值達到顯著，進行事後比較；其他向度之 F 值並無達到顯著。

表 4-18 高中生居住縣市與休閒需求之 ANOVA 摘要表

	平方和	自由度	平均平方和	F	顯著性
智力性					
組間	8.064	3	2.688	5.324**	.001
組內	1757.505	3,481	.505		
社交性					
組間	7.810	3	2.603	6.590**	.000
組內	1375.187	3,481	.395		
勝任-熟練					
組間	.063	3	.021	.046	.987
組內	1586.338	3,478	.456		
刺激-逃避					

組間	15.538	3	5.179	12.636**	.000
組內	1414.528	3,451	.410		

\*\* p<0.01, \* p<0.05

由表 4-19 得知，不同縣市之高中生在休閒需求上之差異，在「智力性」方面，居住「中部」高中生分數高於「東部及離島」、「南部」縣市之分數高於「東部及離島」，其他組群則無顯著差異。

表 4-19 事後比較分析表(智力性)

智力性		平均數差異	標準誤	顯著性
北部	中部	-.028	.029	.824
	南部	-.063	.033	.286
	東部及離島	.115	.043	.066
中部	北部	.028	.029	.824
	南部	-.036	.034	.773
	東部及離島	.143*	.044	.014
南部	北部	.063	.033	.286
	中部	.036	.034	.773
	東部及離島	.179**	.046	.002
東部及離島	北部	-.115	.043	.066
	中部	-.143*	.044	.014
	南部	-.179**	.046	.002

\*\* p<0.01, \* p<0.05

由表 4-20 得知，不同縣市之高中生在休閒需求之差異，在「社交性」方面，居住「北部」者分數高於「東部及離島」、居住「中部」者分數高於「東部及離島」、居住「南部」者分數高於「東部及離島」，其他組群則無顯著差異。

表 4-20 事後比較分析表(社交性)

社交性		平均數差異	標準誤	顯著性
北部	中部	-.026	.026	.790
	南部	-.068	.029	.136
	東部及離島	.109*	.038	.043
中部	北部	.026	.026	.790
	南部	-.041	.030	.585
	東部及離島	.135**	.039	.007
南部	北部	.068	.029	.136
	中部	.041	.030	.585
	東部及離島	.177**	.041	.000
東部及離島	北部	-.109*	.038	.043
	中部	-.135**	.039	.007
	南部	-.177**	.041	.000

\*\*p<0.01,\*p<0.05

由表 4-21 得知，不同縣市之高中生在休閒需求之差異，在「刺激-逃避」方面，居住「北部」者分數高於「東部及離島」者、居住「中部」者高於居住「東部及離島」者、居住「南部」者高於「東部及離島」者，其他組群則無顯著差異。

表 4-21 事後比較分析表(刺激-逃避)

刺激-逃避		平均數差異	標準誤	顯著性
北部	中部	.000	.026	1.000
	南部	-.018	.029	.949
	東部及離島	.219**	.039	.000
中部	北部	.000	.026	1.000

	南部	-.017	.030	.957
	東部及離島	.220**	.040	.000
南部	北部	.018	.029	.949
	中部	.017	.030	.957
	東部及離島	.237**	.042	.000
東部及離島	北部	-.219**	.039	.000
	中部	-.220**	.040	.000
	南部	-.237**	.042	.000

\*\*p<0.01,\*p<0.05

#### 第四節 背景變項與休閒活動參與之統計分析

本節以休閒活動參與為依變項，學校年級、年齡、每週可使用之零用錢、家庭主要照顧者、父親教育程度、母親教育程度與居住地區等基本變項，探討背景變項與休閒活動參與之間的關係，分別以獨立樣本 t 考驗與單因子變異數分析進行背景變項與休閒活動參與之統計分析。因為父母婚姻狀況某些向度之樣本數過少，故不進行 ANOVA 分析。

##### 一、高中生性別與休閒活動參與時間之差異分析

由表 4-22 得知，高中生不同的性別在休閒活動參與時間有明顯差異，在上網、運動與戶外活動三個項目之參與時數男性均高於女性（ $p<0.01$  及  $p<0.05$ ）。女性在看電視、影及靜態活動方面高於男性，但未達顯著差異。

表 4-22 性別與休閒活動參與時間之差異分析摘要表

休閒活動參與時間之 差異								
活動名稱	男生			女生			差異	
	樣本數	平均數	標準差	樣本數	平均數	標準差	t	顯著性
上網	1,719	2.58	1.478	1,802	2.06	1.290	11.04	**
							1	
看電視/電影 /DVD	1,719	2.04	1.215	1,803	2.05	1.195	-.260	
運動	1,719	1.74	1.053	1,803	1.32	.739	13.97	**
							6	
戶外活動	1,719	1.29	.750	1,802	1.18	.599	4.771	*
社交活動	1,719	1.68	1.020	1,802	1.62	.952	1.572	
追星活動	1,719	1.13	.569	1,802	1.11	.529	.797	
靜態活動	1,718	2.61	1.390	1,803	2.65	1.347	-.841	

\*\*p<0.01,\*p<.

05

## 二、 高中生年級與休閒活動參與時間之差異分析

由表 4-23 得知，不同年級與其休閒活動參與時間的方面，在上網、看電視/電影/DVD、追星活動與靜態活動等四項目 F 值達到顯著，進行事後比較；其他項目之 F 值並無達到顯著，故不進行事後比較。

表 4-23 年級與休閒活動參與時間之 ANOVA 摘要表

	平方和	自由度	平均平方和	F	顯著性
上網					
組間	16.808	2	8.404	4.243*	.014
組內	6968.369	3,518	1.981		

看電視/電影					
/DVD					
組間	16.486	2	8.243	5.695**	.003
組內	5093.626	3,519	1.447		
運動					
組間	3.354	2	1.677	1.938	.144
組內	3044.948	3,519	.865		
戶外活動					
組間	.491	2	.246	.532	.587
組內	1622.910	3,518	.461		
社交活動					
組間	1.619	2	.809	.832	.435
組內	3421.604	3,518	.973		
追星活動					
組間	2.950	2	1.475	4.903**	.007
組內	1058.472	3,518	.301		
靜態活動					
組間	15.247	2	7.623	4.080*	.017
組內	6572.931	3,518	1.868		

\*\*p<0.01,\*p<0.05

由表 4-24 得知，不同年級的高中生與休閒參與情況，在上網的時間，「高三」高於「高一」，其他年級之間則無顯著差異。

表 4-24 事後比較分析表(上網)

休閒活動參與時間之差異					
上網		平均數差異	標準誤	顯著性	
高一	高二	-.071	.057	.459	
	高三	-.178*	.061	.015	

高二	高一	.071	.057	.459
	高三	-.107	.058	.184
高三	高一	.178*	.061	.015
	高二	.107	.058	.184

\*\*p<0.01, \*p<0.05

由表 4-25 得知，不同年級的高中生之休閒參與情況，在看電視/電影/DVD 的時間，「高一」學生高於「高二」學生也高於「高三」學生，其他年級之間則無顯著差異。

表 4-25 事後比較分析表(看電視/電影/DVD)

看電視/電影/DVD		平均數差異	標準誤	顯著性
高一	高二	.141*	.048	.014
	高三	.154*	.052	.013
高二	高一	-.141	.048	.014
	高三	.013	.050	.967
高三	高一	-.154	.052	.013
	高二	-.013	.050	.967

\*\*p<0.01, \*p<0.05

由表 4-26 得知，不同年級的高中生之休閒參與情況，在追星活動的時間，「高三」學生高於「高二」學生，其他年級之間則無顯著差異。

表 4-26 事後比較分析表(追星活動)

追星活動		平均數差異	標準誤	顯著性
高一	高二	.052	.022	.061
	高三	-.013	.024	.865

高二	高一	-.052	.022	.061
	高三	-.065*	.023	.016
高三	高一	.013	.024	.865
	高二	.065	.023	.016

\*\*p<0.01, \*p<0.05

由表 4-27 得知，不同年級的高中生之休閒參與情況，在靜態活動的時間，「高一」學生高於「高三」學生，其他年級之間則無顯著差異。

表 4-27 事後比較分析表(靜態活動)

休閒活動參與時間之差異

靜態活動		平均數差異	標準誤	顯著性
高一	高二	.070	.055	.447
	高三	.169*	.059	.017
高二	高一	-.070	.055	.447
	高三	.100	.056	.210
高三	高一	-.169*	.059	.017
	高二	-.100	.056	.210

\*\*p<0.01, \*p<0.05

### 三、高中生年齡與休閒活動參與時間之差異分析

由表 4-28 得知，不同年齡高中生在休閒活動參與時間之差異，在上網與靜態活動等兩項有明顯差異，F 值達到顯著，其事後比較並無達到顯著差異。

表 4-28 年齡與休閒活動參與時間之 ANOVA 摘要表

	平方和	自由度	平均平方和	F	顯著性
上網					
組間	46.009	6	7.668	3.883**	.001
組內	6939.168	3,514	1.975		

看電視/電影/DVD



組間	5.833	6	.972	.670	.674
組內	5104.279	3,515	1.452		
<hr/>					
運動					
組間	5.777	6	.963	1.112	.352
組內	3042.525	3,515	.866		
<hr/>					
戶外活動					
組間	3.205	6	.534	1.159	.326
組內	1620.196	3,514	.461		
<hr/>					
社交活動					
組間	7.656	6	1.276	1.313	.248
組內	3415.566	3,514	.972		
<hr/>					
追星活動					
組間	1.789	6	.298	.989	.431
組內	1059.633	3,514	.302		
<hr/>					
靜態活動					
組間	54.179	6	9.030	4.856**	.000
組內	6533.999	3,514	1.859		

\*\* p<0.01, \* p<0.05

#### 四、高中生每週可使用之零用錢與休閒活動參與時間之差異分析

由表 4-29 得知，高中生每週擁有不同零用錢在休閒活動參與時間之差異，在上網、看電視、運動、戶外活動、社交活動與追星活動等六項活動上有明顯差異，F 值達到顯著，進行事後比較；其他向度之 F 值並無達到顯著。

表 4-29 零用錢與休閒活動參與時間之 ANOVA 摘要表

	平方和	自由度	平均平方和	F	顯著性

上網					
組間	156.162	3	52.054	26.773**	.000
組內	6808.778	3,502	1.944		
看電視/電影/DVD					
組間	20.612	3	6.871	4.746**	.003
組內	5071.310	3,503	1.448		
運動					
組間	48.528	3	16.176	18.963**	.000
組內	2988.089	3,503	.853		
戶外活動					
組間	23.279	3	7.760	17.062**	.000
組內	1592.647	3,502	.455		
社交活動					
組間	128.982	3	42.994	45.975**	.000
組內	3274.903	3,502	.935		
追星活動					
組間	19.906	3	6.635	22.980**	.000
組內	1011.207	3,502	.289		
靜態活動					
組間	7.265	3	2.422	1.296	.274
組內	6544.356	3,502	1.869		

\*\* p<0.01, \* p<0.05

由表 4-30 得知，高中生每週擁有不同可使用之零用錢在休閒活動參與上的差異，在上網時數有差異，其中「100 元以下/週」者低於「101 元—499 元/週」者、「100 元以下/週」者低於「500 元—999 元/週」、「100 元以下/週」者低於「1000 元以上/週」、「101 元—499 元/週」者低於「500 元—999 元/週」、「101 元—499 元/週」者低於「1000 元以上/週」，其他組群則無顯著差異。

表 4-30 事後比較分析表(上網)

上網		平均數差異	標準誤	顯著性
100 元以下 / 週	101 元 — 499 元 / 週	-.269**	.059	.000
	500 元 — 999 元 / 週	-.461**	.066	.000
	1000 元以 上 / 週	-.670**	.087	.000
101 元 — 499 元 / 週	100 元以 下 / 週	.269**	.059	.000
	500 元 — 999 元 / 週	-.192*	.061	.021
	1000 元以 上 / 週	-.401**	.083	.000
500 元 — 999 元 / 週	100 元以 下 / 週	.461**	.066	.000
	101 元 — 499 元 / 週	.192*	.061	.021
	1000 元以 上 / 週	-.210	.089	.135
1000 元以上 / 週	100 元以 下 / 週	.670**	.087	.000
	101 元 — 499 元 / 週	.401**	.083	.000
	500 元 — 999 元 / 週	.210	.089	.135
	1000 元以 上 / 週			

\*\* p<0.01, \* p<0.05

由表 4-31 得知，高中生每週可使用之零用錢在休閒活動參與之差異，在看電視/電影/DVD 時數項目上，「1000 元以上/週」者高於「100 元以下/週」，其他組群則無顯著差異。

表 4-31 事後比較分析表(看電視/電影/DVD)

看電視/電影/DVD		平均數差異	標準誤	顯著性
100 元以下/週	101 元—			
	499 元/週	-.092	.051	.346
	500 元—			
101 元—499 元/週	999 元/週	-.103	.057	.349
	1000 元以			
	上/週	-.280**	.075	.003
500 元—999 元/週	100 元以			
	下/週	.092	.051	.346
	500 元—			
1000 元以上/週	999 元/週	-.011	.053	.998
	1000 元以			
	上/週	-.187	.072	.079
1000 元以上/週	100 元以			
	下/週	.103	.057	.349
	101 元—			
1000 元以上/週	499 元/週	.011	.053	.998
	1000 元以			
	上/週	-.176	.077	.151
1000 元以上/週	100 元以			
	下/週	.280**	.075	.003
	101 元—			
1000 元以上/週	499 元/週	.187	.072	.079
	500 元—	.176	.077	.151

999 元 / 週

\*\* p<0.01, \* p<0.05

由表 4-32 得知，高中生每週可使用之零用錢在休閒活動參與差異上，在運動時數項目上有明顯差異，「100 元以下/週」者低於「500 元—999 元/週」、「100 元以下/週」者低於「1000 元以上/週」、「101 元—499 元/週」者低於「500 元—999 元/週」、「101 元—499 元/週」者低於「1000 元以上/週」，其他組群則無顯著差異。

表 4-32 事後比較分析表(運動)

運動		平均數差異	標準誤	顯著性
100 元以下 / 週	101 元 — 499 元 / 週	-.082	.039	.221
	500 元 — 999 元 / 週	-.224**	.044	.000
	1000 元以 上 / 週	-.379**	.058	.000
	100 元以 下 / 週	.082	.039	.221
101 元 — 499 元 / 週	500 元 — 999 元 / 週	-.143**	.041	.007
	1000 元以 上 / 週	-.298**	.055	.000
	100 元以 下 / 週	.224**	.044	.000
500 元 — 999 元 / 週	101 元 — 499 元 / 週	.143*	.041	.007
	1000 元以 上 / 週	-.155	.059	.073
	1000 元以 上 / 週	.379	.058	.000

	下 / 週			
	101 元 —			
	499 元 / 週	.298	.055	.000
	500 元 —			
	999 元 / 週	.155	.059	.073

\*\*p<0.01,\*p<0.05

由表 4-33 得知，高中生每週可使用之零用錢在休閒活動之差異，在戶外活動項目上有差異，「100 元以下 / 週」者低於「1000 元以上 / 週」、「101 元 — 499 元 / 週」者低於「1000 元以上 / 週」、「500 元 — 999 元 / 週」者低於「1000 元以上 / 週」，其他組群則無顯著差異。  
表 4-33 事後比較分析表(戶外活動)

戶外活動		平均數差異	標準誤	顯著性
100 元以下 / 週	101 元 —			
	499 元 / 週	.011	.028	.984
	500 元 —			
	999 元 / 週	-.019	.032	.948
	1000 元以 上 / 週	-.269**	.042	.000
101 元 — 499 元 / 週	100 元以 下 / 週	-.011	.028	.984
	500 元 —			
	999 元 / 週	-.030	.030	.788
	1000 元以 上 / 週	-.280**	.040	.000
500 元 — 999 元 / 週	100 元以 下 / 週	.019	.032	.948
	101 元 — 499 元 / 週	.030	.030	.788

	1000 元以 上 / 週	-.249**	.043	.000
	100 元以 下 / 週	.269	.042	.000
1000 元以上 / 週	101 元 — 499 元 / 週	.280	.040	.000
	500 元 — 999 元 / 週	.249	.043	.000

\*\* p<0.01, \* p<0.05

由表 4-34 得知，高中生每週可使用之零用錢在休閒活動參與之差異，在社交活動項目上，「100 元以下 / 週」者低於「500 元 — 999 元 / 週」、「100 元以下 / 週」者低於「1000 元以上 / 週」、「101 元 — 499 元 / 週」者低於「500 元 — 999 元 / 週」、「101 元 — 499 元 / 週」者低於「1000 元以上 / 週」、「500 元 — 999 元 / 週」者低於「1000 元以上 / 週」，其他組群則無顯著差異。

表 4-34 事後比較分析表(社交活動)

社交活動		平均數差異	標準誤	顯著性
100 元以下 / 週	101 元 — 499 元 / 週	-.099	.041	.114
	500 元 — 999 元 / 週	-.298**	.046	.000
	1000 元以 上 / 週	-.649**	.060	.000
101 元 — 499 元 / 週	100 元以 下 / 週	.099	.041	.114
	500 元 — 999 元 / 週	-.198**	.043	.000
	1000 元以	-.550**	.058	.000

		上 / 週		
500 元 — 999 元 / 週	100 元以下 / 週	.298**	.046	.000
	101 元 — 499 元 / 週	.198**	.043	.000
	1000 元以上 / 週	-.352**	.062	.000
1000 元以上 / 週	100 元以下 / 週	.649**	.060	.000
	101 元 — 499 元 / 週	.550**	.058	.000
	500 元 — 999 元 / 週	.352**	.062	.000

\*\*p<0.01, \*p<0.05

由表 4-35 得知，高中生每週可使用之零用錢在休閒活動參與之差異，在追星活動項目上有差異，「100 元以下 / 週」者低於「1000 元以上 / 週」、「101 元 — 499 元 / 週」者低於「1000 元以上 / 週」、「500 元 — 999 元 / 週」者低於「1000 元以上 / 週」，其他組群則無顯著差異。  
表 4-35 事後比較分析表(追星活動)

追星活動		平均數差異	標準誤	顯著性
100 元以下 / 週	101 元 — 499 元 / 週	.035	.023	.506
	500 元 — 999 元 / 週	-.002	.025	1.000
	1000 元以上 / 週	-.230**	.033	.000
101 元 — 499 元 / 週	100 元以下 / 週	-.035	.023	.506



	500 元 — 999 元 / 週	-.036	.024	.502
	1000 元 以 上 / 週	-.265**	.032	.000
	100 元 以 下 / 週	.002	.025	1.000
500 元 — 999 元 / 週	101 元 — 499 元 / 週	.036	.024	.502
	1000 元 以 上 / 週	-.228**	.034	.000
	100 元 以 下 / 週	.230**	.033	.000
1000 元 以上 / 週	101 元 — 499 元 / 週	.265**	.032	.000
	500 元 — 999 元 / 週	.228**	.034	.000

\*\*p<0.01,\*p<0.05

#### 五、高中生主要照顧者與休閒活動參與之差異分析

由表 4-36 得知，高中生不同的主要照顧者其休閒活動參與時間之差異，在上網、看電視、運動、戶外活動、社交活動與追星活動等六項 F 值達到顯著，進行事後比較；其他向度之 F 值並無達到顯著，故不進行事後比較。

表 4-36 主要照顧者與休閒活動參與時間之 ANOVA 摘要表

	平方和	自由度	平均平方和	F	顯著性
上網					
組間	56.995	3	18.998	9.633	.000
組內	6910.878	3,504	1.972		
看電視/電影/DVD					
組間	25.212	3	8.404	5.804	.001

組內	5075.461	3,505	1.448		
運動					
組間	28.518	3	9.506	11.053	.000
組內	3014.500	3,505	.860		
戶外活動					
組間	19.999	3	6.666	14.607	.000
組內	1599.095	3,504	.456		
社交活動					
組間	15.662	3	5.221	5.381	.001
組內	3399.867	3,504	.970		
追星活動					
組間	10.307	3	3.436	11.622	.000
組內	1035.885	3,504	.296		
靜態活動					
組間	3.165	3	1.055	.564	.639
組內	6554.462	3,504	1.871		

\*\* p<0.01, \* p<0.05

由表 4-37 得知，高中生不同的主要照顧者與休閒活動參與時間之差異，在上網項目有明顯差異，「祖父母」及「外公、外婆」時數高於「父母」，其他組群則無顯著差異。

表 4-37 事後比較分析表(上網)

上網		平均數差異	標準誤	顯著性
	祖父母	-.552**	.143	.002
父母	外公、外 婆	-.659**	.193	.009
	其他親戚	-.346	.188	.335
祖父母	父母	.552**	.143	.002
	外公、外	-.106	.238	.978

	婆			
	其他親戚	.207	.234	.853
	父母	.659**	.193	.009
外公、外婆	祖父母	.106	.238	.978
	其他親戚	.313	.267	.711
	父母	.346	.188	.335
其他親戚	祖父母	-.207	.234	.853
	外公、外 婆	-.313	.267	.711

\*\*p<0.01,\*p<0.05

由表 4-38 得知，不同之主要照顧者之高中生其休閒活動參與時間之差異，在看電視/電影/DVD 時數項目差有明顯差異，「祖父母」高於「父母」，其他組群則無顯著差異。

表 4-38 事後比較分析表(看電視/電影/DVD)

看電視/電影/DVD		平均數差異	標準誤	顯著性
	祖父母	-.472**	.123	.002
父母	外公、外 婆	-.199	.165	.692
	其他親戚	-.201	.159	.660
	父母	.472**	.123	.002
祖父母	外公、外 婆	.273	.204	.616
	其他親戚	.271	.199	.604
	父母	.199	.165	.692
外公、外婆	祖父母	-.273	.204	.616
	其他親戚	-.002	.228	1.000
	父母	.201	.159	.660
其他親戚	祖父母	-.271	.199	.604

外公、外 婆	.002	.228	1.000
-----------	------	------	-------

\*\* p<0.01, \* p<0.05

由表 4-39 得知，不同之主要照顧者之高中生其休閒活動參與時間之差異，在運動時數上有明顯差異，「祖父母」高於「父母」、「外公、外婆」高於「父母」、「外公、外婆」高於「其他親戚」，其他組群則無顯著差異。

表 4-39 事後比較分析表(運動)

運動		平均數差異	標準誤	顯著性
父母	祖父母	-.292**	.095	.023
	外公、外 婆	-.624**	.127	.000
	其他親戚	-.080	.123	.935
祖父母	父母	.292**	.095	.023
	外公、外 婆	-.332	.157	.215
	其他親戚	.212	.153	.592
外公、外婆	父母	.624**	.127	.000
	祖父母	.332	.157	.215
	其他親戚	.543*	.175	.022
其他親戚	父母	.080	.123	.935
	祖父母	-.212	.153	.592
	外公、外 婆	-.543*	.175	.022

\*\* p<0.01, \* p<0.05

由表 4-40 得知，不同之主要照顧者之高中生其休閒活動參與時間之差異，在戶外活動時數之差異為，「祖父母」、「外公、外婆」與「其他親戚」高於「父母」，其他組群則無顯著差異。

表 4-40 事後比較分析表(戶外活動)

戶外活動		平均數差異	標準誤	顯著性
父母	祖父母	-.220*	.069	.018
	外公、外婆	-.467**	.093	.000
	其他親戚	-.282*	.089	.019
祖父母	父母	.220*	.069	.018
	外公、外婆	-.246	.114	.201
	其他親戚	-.061	.112	.960
外公、外婆	父母	.467**	.093	.000
	祖父母	.246	.114	.201
	其他親戚	.185	.128	.552
其他親戚	父母	.282*	.089	.019
	祖父母	.061	.112	.960
	外公、外婆	-.185	.128	.552

\*\*p<0.01,\*p<0.05

由表 4-41 得知，不同之主要照顧者之高中生其休閒活動參與時間之差異，在社交活動時數之差異為「祖父母」高於「父母」，其他組群則無顯著差異。

表 4-41 事後比較分析表(社交活動)

社交活動		平均數差異	標準誤	顯著性
父母	祖父母	-.335*	.101	.012
	外公、外婆	-.236	.135	.383
	其他親戚	-.211	.130	.456
祖父母	父母	.335*	.101	.012

	外公、外 婆	.099	.167	.950
	其他親戚	.125	.163	.900
外公、外 婆	父母	.236	.135	.383
	祖父母	-.099	.167	.950
	其他親戚	.026	.186	.999
其他親戚	父母	.211	.130	.456
	祖父母	-.125	.163	.900
	外公、外 婆	-.026	.186	.999

\*\*p<0.01,\*p<0.05

由表 4-42 得知，不同之主要照顧者之高中生其休閒活動參與時間之差異，在追星活動項目之差異為，「祖父母」及「外公、外婆」高於「父母」，其他組群則無顯著差異。

表 4-42 事後比較分析表(追星活動)

追星活動		平均數差異	標準誤	顯著性
父母	祖父母	-.211**	.056	.003
	外公、外 婆	-.302**	.075	.001
	其他親戚	-.170	.072	.134
祖父母	父母	.211**	.056	.003
	外公、外 婆	-.091	.092	.807
	其他親戚	.040	.090	.977
外公、外 婆	父母	.302**	.075	.001
	祖父母	.091	.092	.807
	其他親戚	.132	.103	.651
其他親戚	父母	.170	.072	.134

祖父母	-.040	.090	.977
外公、外婆	-.132	.103	.651

\*\*p<0.01,\*p<0.05

六、父母親不同教育程度的高中生在休閒活動參與之差異分析

(一)父親不同教育程度的高中生在休閒活動參與之差異分析

由表 4-43 得知，在父親不同的教育程度方面，在上網、看電視/電影/DVD、戶外活動、追星活動與靜態活動等五項目上 F 值達到顯著，進行事後比較；其他向度之 F 值並無達到顯著，故不進行事後比較。

表 4-43 父親教育程度與休閒活動參與時間之 ANOVA 摘要表

	平方和	自由度	平均平方和	F	顯著性
上網					
組間	39.693	4	9.923	5.017**	.000
組內	6900.943	3,489	1.978		
看電視/電影/DVD					
組間	26.149	4	6.537	4.505**	.001
組內	5064.153	3,490	1.451		
運動					
組間	7.044	4	1.761	2.029	.088
組內	3028.515	3,490	.868		
戶外活動					
組間	4.435	4	1.109	2.418*	.047
組內	1599.767	3,489	.459		
社交活動					
組間	3.848	4	.962	.986	.414
組內	3402.466	3,489	.975		
追星活動					
組間	4.483	4	1.121	3.755**	.005

組內	1041.510	3,489	.299		
靜態活動					
組間	22.122	4	5.531	2.966*	.019
組內	6506.289	3,489	1.865		

\*\* p<0.01, \* p<0.05

由表 4-44 得知，父親不同教育程度之高中生在休閒活動參與之差異，在上網的時間方面，父親教育程度為「國中」低於父親教育程度為「大學、專科」、父親教育程度為「高中職」低於父親教育程度為「大學、專科」，其他組群則無顯著差異。

表 4-44 事後比較分析表(父親教育程度與上網)

上網		平均數差異	標準誤	顯著性
小學	國中	-.070	.124	.988
	高中職	.005	.115	1.000
	大學、專科	.186	.118	.645
	研究所以 上	.242	.140	.556
	國中	.070	.124	.988
國中	高中職	.076	.069	.876
	大學、專科	.256*	.073	.015
	研究所以 上	.312	.104	.063
	小學	-.005	.115	1.000
高中職	國中	-.076	.069	.876
	大學、專科	.181*	.057	.042
	研究所以 上	.237	.094	.178



		上		
	小學	-.186	.118	.645
	國中	-.256*	.073	.015
大學、專科	高中職	-.181*	.057	.042
	研究所以 上	.056	.098	.988
		上		
	小學	-.242	.140	.556
	國中	-.312	.104	.063
研究所以 上	高中職	-.237	.094	.178
	大學、專 科	-.056	.098	.988

\*\*p<0.01,\*p<0.05

由表 4-45 得知，父親不同教育程度之在休閒活動參與之差異，在看電視/電影/DVD 的項目上，時間方面，父親教育程度「國中」投入的時間低於父親教育程度為「大學、專科」、父親教育程度為「國中」投入的時間低於「研究所以以上」，其他組群則無顯著差異。

表 4-45 事後比較分析表(父親教育程度與看電視/電影/DVD)

看電視/電影/DVD		平均數差異	標準誤	顯著性
	國中	.004	.106	1.000
	高中職	.128	.099	.792
小學	大學專科	.205	.101	.392
	研究所以 上	.310	.119	.151
		上		
	小學	-.004	.106	1.000
	高中職	.125	.059	.342
國中	大學、專 科	.201*	.063	.035
	研究所以	.306*	.089	.019

		上		
高中職	小學	-.128	.099	.792
	國中	-.125	.059	.342
	大學、專 科	.076	.049	.664
	研究所以 上	.182	.081	.280
大學、專科	小學	-.205	.101	.392
	國中	-.201*	.063	.035
	高中職	-.076	.049	.664
	研究所以 上	.105	.083	.809
研究所以上	小學	-.310	.119	.151
	國中	-.306*	.089	.019
	高中職	-.182	.081	.280
	大學、專 科	-.105	.083	.809

\*\*p<0.01,\*p<0.05

由表 4-46 得知，父親不同教育程度之高中生在休閒活動參與之差異，其投入在戶外活動的時間方面，組群間並無顯著差異。

表 4-46 事後比較分析表(父親教育程度與戶外活動)

戶外活動		平均數差異	標準誤	顯著性
小學	國中	.055	.060	.931
	高中職	.086	.055	.658
	大學、專 科	.058	.057	.902
	研究所以 上	-.043	.067	.981

		上		
國中	小學	-.055	.060	.931
	高中職	.031	.033	.925
	大學、專 科	.003	.035	1.000
	研究所以上	-.098	.050	.431
高中職	小學	-.086	.055	.658
	國中	-.031	.033	.925
	大學、專 科	-.028	.028	.903
	研究所以上	-.130	.045	.086
大學、專科	小學	-.058	.057	.902
	國中	-.003	.035	1.000
	高中職	.028	.028	.903
	研究所以上	-.101	.047	.323
研究所以上	小學	.043	.067	.981
	國中	.098	.050	.431
	高中職	.130	.045	.086
	大學、專 科	.101	.047	.323

\*\*p<0.01,\*p<0.05

由表 4-47 得知，父親不同教育程度之高中生在休閒活動參與之差異，其投入在追星活動項目的時間，父親教育程度為「高中職」低於父親教育程度為「研究所以上」者，其他組群則無顯著差異。表 4-47 事後比較分析表(父親教育程度與追星活動)

追星活動		平均數差異	標準誤	顯著性
小學	國中	.056	.048	.849
	高中職	.082	.045	.496
	大學、專 科	.027	.046	.987
	研究所以 上	-.037	.054	.977
國中	小學	-.056	.048	.849
	高中職	.026	.027	.917
	大學、專 科	-.029	.028	.898
	研究所以 上	-.093	.041	.263
高中職	小學	-.082	.045	.496
	國中	-.026	.027	.917
	大學、專 科	-.055	.022	.188
	研究所以 上	-.119*	.037	.032
大學、專科	小學	-.027	.046	.987
	國中	.029	.028	.898
	高中職	.055	.022	.188
	研究所以 上	-.063	.038	.590
研究所以上	小學	.037	.054	.977
	國中	.093	.041	.263
	高中職	.119*	.037	.032
	大學、專	.063	.038	.590

科

\*\* p<0.01, \* p<0.05

由表 4-48 得知，父親不同教育程度之高中生在休閒活動參與之差異，在靜態活動項目參與的時間，父親教育程度為「國中」者低於父親教育程度為「研究所以以上」者，其他組群則無顯著差異。

表 4-48 事後比較分析表(父親教育程度與靜態活動)

靜態活動	平均數差異	標準誤	顯著性	
小學	國中	.023	.120	1.000
	高中職	-.020	.112	1.000
	大學、專 科	-.095	.114	.953
	研究所以 上	-.292	.135	.326
國中	小學	-.023	.120	1.000
	高中職	-.043	.067	.981
	大學、專 科	-.118	.071	.600
	研究所以 上	-.315*	.101	.047
高中職	小學	.020	.112	1.000
	國中	.043	.067	.981
	大學、專 科	-.074	.056	.778
	研究所以 上	-.272	.092	.067
大學、專科	小學	.095	.114	.953
	國中	.118	.071	.600
	高中職	.074	.056	.778

	研究所以 上	-.197	.095	.362
	小學	.292	.135	.326
	國中	.315*	.101	.047
研究所以 上	高中職	.272	.092	.067
	大學、專 科	.197	.095	.362

\*\*p<0.01,\*p<0.05

(二) 母親不同教育程度的高中生在休閒活動參與之差異分析

由表 4-49 得知，在母親不同教育程度方面，在上網、看電視/電影/DVD、戶外活動、追星活動與靜態活動等五項目上 F 值達到顯著，進行事後比較；其他項目之 F 值並無達到顯著，故不進行事後比較。

表 4-49 母親教育程度與休閒活動參與時間之 ANOVA 摘要表

	平方和	自由度	平均平方和	F	顯著性
上					
組間	47.760	4	11.940	6.044**	.000
組內	6892.877	3,489	1.976		
看電視/電影/DVD					
組間	21.183	4	5.296	3.646**	.006
組內	5069.119	3,490	1.452		
運動					
組間	6.639	4	1.660	1.912	.106
組內	3028.920	3,490	.868		
戶外活動					
組間	8.272	4	2.068	4.521**	.001
組內	1595.929	3,489	.457		
社交活動					
組間	7.593	4	1.898	1.949	.100

組內	3398.721	3,489	.974		
<hr/>					
追星活動					
組間	14.160	4	3.540	11.970**	.000
組內	1031.833	3,489	.296		
<hr/>					
靜態活動					
組間	38.087	4	9.522	5.119**	.000
組內	6490.324	3,489	1.860		

\*\*p<0.01, \*p<0.05

由表 4-50 得知，母親不同教育程度之高中生在休閒活動參與之差異，參與在使用上網的時間方面，母親教育程度為「小學」低於「大學、專科」、母親教育程度「國中」者低於「大學、專科」，其他組群則無顯著差異。

表 4-50 事後比較分析表(母親教育程度與上網)

上網		平均數差異	標準誤	顯著性
小學	國中	.003	.115	1.000
	高中職	.150	.103	.713
	大學、專科	.340*	.108	.041
	研究所以上	.173	.158	.877
國中	小學	-.003	.115	1.000
	高中職	.147	.070	.353
	大學、專科	.338**	.077	.001
	研究所以上	.170	.138	.824
高中職	小學	-.150	.103	.713

	國中	-.147	.070	.353
	大學、專 科	.191*	.058	.028
	研究所以 上	.024	.129	1.000
<hr/>				
	小學	-.340	.108	.041
	國中	-.338**	.077	.001
大學、專科	高中職	-.191*	.058	.028
	研究所以 上	-.167	.133	.811
<hr/>				
	小學	-.173	.158	.877
	國中	-.170	.138	.824
研究所以上	高中職	-.024	.129	1.000
	大學、專 科	.167	.133	.811

\*\* p<0.01, \* p<0.05

由表 4-51 得知，母親不同教育程度之高中生在休閒活動參與之差異，投入於看電視/電影/DVD 項目的時間，母親教育程度「高中職」低於「大學、專科」，其他組群則無顯著差異。

表 4-51 事後比較分析表(母親教育程度與看電視/電影/DVD)

看電視/電影/DVD		平均數差異	標準誤	顯著性
	國中	.193	.098	.423
	高中職	.100	.088	.861
小學	大學、專 科	.254	.092	.108
	研究所以 上	.041	.135	.999
國中	小學	-.193	.098	.423



	高中職	-.093	.060	.661
	大學、專 科	.061	.066	.933
	研究所以 上	-.152	.119	.801
<hr/>				
高中職	小學	-.100	.088	.861
	國中	.093	.060	.661
	大學、專 科	.154*	.050	.048
	研究所以 上	-.059	.110	.991
<hr/>				
大學、專科	小學	-.254	.092	.108
	國中	-.061	.066	.933
	高中職	-.154*	.050	.048
	研究所以 上	-.213	.114	.479
<hr/>				
研究所以 上	小學	-.041	.135	.999
	國中	.152	.119	.801
	高中職	.059	.110	.991
	大學、專 科	.213	.114	.479

\*\*p<0.01,\*p<0.05

由表 4-52 得知，母親不同教育程度之高中生在休閒活動參與之差異，投入於在戶外活動的時間方面，母親教育程度「國中」低於「研究所以以上」、母親教育程度「高中職」低於「研究所以以上」、母親教育程度「大學、專科」低於「研究所以以上」，其他組群則無顯著差異。

表 4-52 事後比較分析表(母親教育程度與戶外活動)

戶外活動		平均數差異	標準誤	顯著性
小學	國中	.020	.055	.998
	高中職	.050	.049	.903
	大學、專 科	.016	.052	.999
	研究所以 上	-.208	.076	.110
國中	小學	-.020	.055	.998
	高中職	.030	.034	.937
	大學、專 科	-.004	.037	1.000
	研究所以 上	-.228*	.067	.020
高中職	小學	-.050	.049	.903
	國中	-.030	.034	.937
	大學、專 科	-.034	.028	.829
	研究所以 上	-.258**	.062	.002
大學、專科	小學	-.016	.052	.999
	國中	.004	.037	1.000
	高中職	.034	.028	.829
	研究所以 上	-.225*	.064	.015
研究所以上	小學	.208	.076	.110
	國中	.228*	.067	.020
	高中職	.258**	.062	.002
	大學、專	.225*	.064	.015

科

\*\* p<0.01, \* p<0.05

由表 4-53 得知，母親不同教育程度之高中生在休閒活動參與之差異，投入於追星活動的時間方面，母親教育程度「小學」低於「研究所以以上」、母親教育程度「國中」低於「研究所以以上」、母親教育程度「高中職」低於「研究所以以上」、母親教育程度「大學、專科」低於「研究所以以上」，其他組群則無顯著差異。

表 4-53 事後比較分析表(母親教育程度與追星活動)

追星活動		平均數差異	標準誤	顯著性
小學	國中	-.021	.044	.994
	高中職	.015	.040	.998
	大學、專科	-.030	.042	.971
	研究所以以上	-.325**	.061	.000
國中	小學	.021	.044	.994
	高中職	.036	.027	.782
	大學、專科	-.009	.030	.999
	研究所以以上	-.305**	.054	.000
高中職	小學	-.015	.040	.998
	國中	-.036	.027	.782
	大學、專科	-.045	.022	.397
	研究所以以上	-.340**	.050	.000
大學、專科	小學	.030	.042	.971

	國中	.009	.030	.999
	高中職	.045	.022	.397
	研究所以上	-.295**	.051	.000
<hr/>				
	小學	.325**	.061	.000
	國中	.305**	.054	.000
研究所以上	高中職	.340**	.050	.000
	大學、專科	.295**	.051	.000

\*\* p<0.01, \* p<0.05

由表 4-54 得知，母親不同教育程度之高中生在休閒活動參與之差異，投入於靜態活動項目的時間，母親教育程度「國中」低於「大學、專科」、母親教育程度「高中職」低於「大學、專科」，其他組群則無顯著差異。

表 4-54 事後比較分析表(母親教育程度與靜態活動)

靜態活動		平均數差異	標準誤	顯著性
	國中	-.032	.111	.999
	高中職	-.098	.099	.914
小學	大學、專科	-.303	.104	.077
	研究所以上	-.216	.153	.739
<hr/>				
	小學	.032	.111	.999
	高中職	-.066	.068	.916
國中	大學、專科	-.271*	.075	.010
	研究所以上	-.184	.135	.761

	小學	.098	.099	.914
	國中	.066	.068	.916
高中職	大學、專 科	-.205*	.056	.010
	研究所以 上	-.118	.125	.927
	小學	.303	.104	.077
	國中	.271*	.075	.010
大學、專科	高中職	.205*	.056	.010
	研究所以 上	.087	.129	.978
	小學	.216	.153	.739
	國中	.184	.135	.761
研究所以 上	高中職	.118	.125	.927
	大學、專 科	-.087	.129	.978

\*\*p<0.01,\*p<0.05

### 七、高中生居住之不同縣市與休閒活動參與時間之差異分析

由表 4-55 得知，不同居住縣市的高中生在休閒活動參與時間之差異，在上網、看電視/電影/DVD、運動、戶外活動、社交活動與追星活動等六項目 F 值達到顯著，進行事後比較；其他向度之 F 值並無達到顯著，故不進行事後比較。

表 4-55. 居住之縣市與休閒活動參與時間之 ANOVA 摘要表

	平方和	自由度	平均平方和	F	顯著性
上網					
組間	111.042	3	37.014	18.918**	.000
組內	6634.732	3391	1.957		

看電視/電影/DVD

組間	12.168	3	4.056	2.794*	.039
組內	4924.104	3392	1.452		
<hr/>					
運動					
組間	59.901	3	19.967	23.418**	.000
組內	2892.095	3392	.853		
<hr/>					
戶外活動					
組間	32.843	3	10.948	24.855**	.000
組內	1493.586	3391	.440		
<hr/>					
社交活動					
組間	46.953	3	15.651	16.511**	.000
組內	3214.304	3391	.948		
<hr/>					
追星活動					
組間	12.014	3	4.005	13.691**	.000
組內	991.910	3391	.293		
<hr/>					
靜態活動					
組間	11.289	3	3.763	2.014	.110
組內	6336.824	3391	1.869		

\*\* p<0.01, \* p<0.05

由表 4-56 得知，不同居住縣市的高中生在休閒活動參與時間之差異，在上網的時間方面，「北部」高於「南部」、「中部」高於「南部」、「南部」高於「東部及離島」，其他組群則無顯著差異。

表 4-56. 事後比較分析表(上網)

上網		平均數差異	標準誤	顯著性
	中部	.104	.058	.365
北部	南部	.468**	.065	.000
	東部及離島	.008	.086	1.000
	島			
中部	北部	-.104	.058	.365

	南部	.364**	.067	.000
	東部及離島	-.096	.088	.755
南部	北部	-.468**	.065	.000
	中部	-.364**	.067	.000
	東部及離島	-.460**	.092	.000
東部及離島	北部	-.008	.086	1.000
	中部	.096	.088	.755
	南部	.460**	.092	.000

\*\*p<0.01,\*p<0.05

由表 4-57 得知，不同居住縣市的高中生在休閒活動參與時間之差異，參與在看電視/電影/DVD 方面，任兩組之組群並無顯著差異。  
表 4-57. 事後比較分析表(看電視/電影/DVD)

看電視/電影/DVD		平均數差異	標準誤	顯著性
北部	中部	-.051	.050	.789
	南部	.095	.056	.414
	東部及離島	-.092	.074	.673
中部	北部	.051	.050	.789
	南部	.146	.058	.094
	東部及離島	-.041	.076	.962
南部	北部	-.095	.056	.414
	中部	-.146	.058	.094
	東部及離島	-.187	.080	.138
東部及離島	北部	.092	.074	.673

中部	.041	.076	.962
南部	.187	.080	.138

\*\* p<0.01, \* p<0.05

由表 4-58 得知，不同居住縣市的高中生在休閒活動參與時間之差異，投入在運動項目方面時間，居住「北部」高於「南部」、居住「中部」高於「南部」、居住「南部」高於「東部及離島」，其他組群則無顯著差異。

表 4-58. 事後比較分析表(運動)

運動		平均數差異	標準誤	顯著性
北部	中部	.060	.038	.481
	南部	.043	.043	.795
	東部及離島	-.407**	.057	.000
中部	北部	-.060	.038	.481
	南部	-.017	.044	.986
	東部及離島	-.467**	.058	.000
南部	北部	-.043	.043	.795
	中部	.017	.044	.986
	東部及離島	-.450**	.061	.000
東部及離島	北部	.407**	.057	.000
	中部	.467**	.058	.000
	南部	.450**	.061	.000

\*\* p<0.01, \* p<0.05

由表 4-59 得知，不同居住縣市的高中生在休閒活動參與時間之差異，投入在戶外活動項目時間，居住「北部」低於「東部及離島」、居住「中部」低於「東部及離島」、居住「南部」低於「東部及離島」，其他組群則無顯著差異。

表 4-59. 事後比較分析表(戶外活動)

戶外活動		平均數差異	標準誤	顯著性
------	--	-------	-----	-----



北部	中部	.066	.028	.124
	南部	.058	.031	.314
	東部及離島	-.278*	.041	.000
中部	北部	-.066	.028	.124
	南部	-.008	.032	.995
	東部及離島	-.345*	.042	.000
南部	北部	-.058	.031	.314
	中部	.008	.032	.995
	東部及離島	-.336*	.044	.000
東部及離島	北部	.278**	.041	.000
	中部	.345**	.042	.000
	南部	.336**	.044	.000

\*\*p<0.01,\*p<0.05

由表 4-60 得知，不同居住縣市的高中生在休閒活動參與時間之差異，投入在社交活動項目方面的時間，居住「北部」高於「南部」、居住「北部」低於「東部及離島」，居住「中部」低於「東部及離島」、居住「南部」低於「東部及離島」，其他組群則無顯著差異。

表 4-60. 事後比較分析表(社交活動)

社交活動		平均數差異	標準誤	顯著性
北部	中部	.111	.041	.056
	南部	.167**	.045	.004
	東部及離島	-.249**	.060	.001
中部	北部	-.111	.041	.056
	南部	.055	.047	.706
	東部及離島	-.361**	.061	.000
南部	北部	-.167**	.045	.004

	中部	-.055	.047	.706
	東部及離島	-.416**	.064	.000
	北部	.249**	.060	.001
東部及離島	中部	.361**	.061	.000
	南部	.416**	.064	.000

\*\* p<0.01, \* p<0.05

由表 4-61 得知，不同居住縣市的高中生在休閒活動參與時間之差異，投入在追星活動項目時間，居住「北部」高於「東部及離島」、居住「中部」高於「東部及離島」、居住「南部」高於「東部及離島」，其他組群則無顯著差異。

表 4-61. 事後比較分析表(追星活動)

追星活動		平均數差異	標準誤	顯著性
北部	中部	.033	.023	.540
	南部	-.031	.025	.686
	東部及離島	-.180**	.033	.000
中部	北部	-.033	.023	.540
	南部	-.064	.026	.110
	東部及離島	-.213**	.034	.000
南部	北部	.031	.025	.686
	中部	.064	.026	.110
	東部及離島	-.150**	.036	.001
東部及離島	北部	.180**	.033	.000
	中部	.213**	.034	.000
	南部	.150**	.036	.001

\*\* p<0.01, \* p<0.05

### 第五節 高中生休閒需求與休閒參與之關係

比較研究變項中休閒需求各量表與各類型休閒活動參與的相關，結果顯示如表 4-62。

整體而言，上網和智力性、社交性、勝任-熟練性、刺激-逃避性呈現顯著的負相關。看電視/電影/DVD 智力性、社交性、勝任-熟練性呈現負相關。運動和勝任-熟練性呈現顯著的正相關，運動和刺激-逃避性呈現顯著的負相關。戶外活動勝任-熟練性呈現顯著的正相關。社交活動和智力性、社交性呈現正相關。追星活動和刺激-逃避性呈現顯著的負相關。追星活動和刺激-逃避性呈現顯著的負相關。靜態活動和智力性、社交性、勝任-熟練性、刺激-逃避性呈現正相關。

表 4-62 高中生休閒需求與休閒參與之相關係數摘要表

休閒參與 休閒需求	上網	看電視 /電影 /DVD	運動	戶外活動	社交活動	追星活動	靜態活動
智力性	-.085**	-.051**	0.028	0.03	.042*	-0.015	.091**
社交性	-.085**	-.054**	0.025	0.028	.038*	-0.017	.100**
勝任- 熟練性	-.100**	-.041*	.186**	.065**	0.031	-0.008	.039*
刺激- 逃避性	-.035*	0.004	-.056**	-0.018	0.016	-.051**	.081**

\*\*p<0.01,\*p<0.05

## 第六節 質化資料分析

本研究除了透過問卷蒐集資料，從量的統計來瞭解上述研究結果之外，還進行焦點團體的訪談，有關質化資料分析，將四場北、中、南區四所學校的焦點團體訪談錄音經過逐字稿謄寫，進行開放式編碼，將相似的主題予以歸納，並作為量化資料的補充與延伸討論。第一碼 ABC...係代稱學校，第二碼 ABC..團體成員，第三組代碼則是該成員在團體中敘說編碼。茲以整理的主題來呈現：

### 一、休閒需求：

#### (一) 放鬆

訪談中有高中生提到，他們參與休閒最主要是為了放鬆自己，紓解壓力。

“其實唱歌對我比較大的功能也是放鬆吧”。(C G003) “....像如果是在教會唱歌的時候，因為我剛剛說教會唱歌比較注重敬拜，然後唱完歌真的是，真的是，在教會唱歌真的是比較喜悅，真的是會讓你，像我心情不好的時候也會久久去一次教會，其實，在唱完歌之後，你會覺得好像也沒什麼了，就這些事情，對，這唱歌這個還蠻奇...有一種奇妙的力量吧，就是能夠撫慰心靈。”

(CG010)

“就..流行的音樂吧，就是可以讓你放鬆，就是比較喜歡那種節奏比較重的那種(CB005)。”

“因為游泳就是很舒服，在水裡很自然，就整個都變輕了。”

(CA003)

“聽音樂可以讓你放鬆吧，而且自己也蠻喜歡聽音樂，就是感覺...就...音樂，聽了就讓人很放鬆這樣。而且有時候剛好遇到心情不好的時候，聽音樂就是，心情會改善就是了。”(CF004)

#### (二) 健康

有受訪者提到他參與休閒的原因是基於健康的考量，為了改善體質，幫助自己身體健康而投入休閒活動。

“因為我以前有氣喘，然後就是游泳，然後從就是只能游五十公尺，到現在可以游五公里，就是，就是整個改變了身體狀態。

(CD005) 所以你看它對你的身體有怎樣的改變? (訪談者) 就是，讓我的呼吸可以比較暢順，恩，順暢。” (CD006)

### (三) 諮詢

有些高中生參與休閒除了人際互動及放鬆外，他們提到：藉著和同學朋友共同參與休閒活動時達到諮詢的功能，聽到其他人提供的建議與意見，幫助自己處理生活及學業問題。

“ (跟同學聊) 就是他會跟你講說阿你要怎麼處理，要不然就是會跟你講說大家會講開... 就是你只要不開心，就是跟對方講說你不開心... ” (CB007)

### (四) 轉念、正向思考

除了放鬆之外，有受訪者提到自己參與休閒時在過程中除了心情放鬆之外，還能有念頭的轉換，投注於看展與表演的來回車程讓重新看待他對原本困擾事件的角度。

“因為坐上去坐下來雖然沿路的路途是一樣的，只是每次你心情不好的原因的因素不一樣的時候，你坐上去看到外面的風景就會有不一樣的感受，就會更發現更多就算很微小的事情吧，就會發現其實我那些不愉快就只是小小小小的事情這麼的不起眼而已。” (CC008)

### (五) 多元文化之豐富內涵

有受訪者重視參與休閒之內涵，重視多元文化充實感，希望藉著休閒活動只參與學習與拓展不同文化之生活經驗。

“我就覺得應該要多去攝取一些不一樣的東西，要不然你就只是一個，喔，就只是，只會一點點東西，就，怎麼才這樣子而已喔。喔，所以你是覺得他可以豐富你的內涵.....。其實我們只是在一個小小的台灣而已，那些都是外面來的，對，那些都是非常知名的才會到台灣來展，所以我們就會更發現，而且每次展出的東西都

會包含他那個年代他那個時候的文化，也可以就趁機學習就是不一樣年代的文化啊、生活、方式...他們的一些生活經驗。”(CC012)

#### (六) 保有自己步調

“如果很多人的話，可能就會給妳很多意見，你就會...會被..我是很容易被左右的，所以通常我都會挑自己喜歡的去逛...”

對，而且一個人步調可以比較慢，也不用去，他可能很想要看那個就不用為了他到處一直用趕的這樣子。”(CD13)

#### (六) 收獲與意義感

“我小時候其實很好動，到高一的時候，我都是運動選手，然後是到有一次，其實我很不喜歡這一些靜態的活動，看表演啊看畫展，其實剛開始我是很反對的，到了有一次被迫去聽那個音樂..聽音樂的，後來就覺得其實，聽了之後就覺得很有意思，不管是看畫展還是看表演，他們都是很認真很努力的練習過後才会有現在的成果在我們面前表演，其實自己當了運動選手也是這樣，也是很努力過才会有這種成績的感覺，會比較能夠去體會他們背後的那一些辛苦，他們表達的意思，就會比較能夠感受他們所要傳達的那些意思是什麼。”(CC018)

“(訪問者：那你怎麼會想要讓你從很動態變成很靜態?)喔.只要是我喜歡，我覺得我能夠從中獲得些什麼，我會覺得恩那很有意思，那對我很有意義，那對我是有幫助的。”(CC019)

## 二、影響高中生參與休閒的原因

有與費用、管教態度、陪同休閒參與者、支持者等多種原因影響高中生參與休閒。接下來是一些例子：

### (一) 有力量的支持

家人的精神支持與費用贊助，對高中生從事休閒活動很有支持，以下是他們提到家人或親戚支持自己、給予肯定會讓他們持續進行該項休閒活動。

“都是自己存的（錢）啊，我可能會自己付一半（展覽或表演的費用），然後請爸媽付一半這樣子...”。(CC015)

“因為平常這樣唱的時候可能隨便唱幾句，就會說「喔，好好聽喔！」（訪談者：誰？）就是班上的朋友、學妹他們，學弟妹們，對喔~。(CG015)媽媽會批評，就會說「，你的高音怎樣，就是媽媽會給一些意見，媽媽跟你一起唱雖然會有批評，可是那首歌會有和音會更豐富。」(CG0016)

“（訪談者：爸爸的支持對你唱歌有沒有什麼影響？）...恩，就...就是感覺有一個人支持就比較，比較有力量的感覺。”(CG017)

“恩...他們好像也不知道我在看，我舅舅會給我那個禮券，書店的禮券。”(AA08)

## (二) 父母親共同參與

“如果是跟爸爸露營的話，吃的東西會比較好，跟朋友露營的話，吃東西會拉肚子...。”(CE019)

## (三) 社區便利

有些高中生住在社區裡，問及是否會使用政府設立運動中心，部分高中生表示他們家社區有許多休閒及運動設備，在與家人共同參與下，較少考慮使用運用運動中心等設備。

“（就是有沒有什麼狀況下會去用）還是不會，我們家就太方便了。”(AB20)

## (四) 同儕影響

有些高中生的休閒活動受到同學影響，共同參與，或一起投入。

“國中時大家都喜歡看漫畫，然後就一直看啊...（訪談者：他們怎麼影響你？）...就是每天都會帶漫畫到學校，然後就一起看。”

(BD09)

“喔，就逛逛，就大家去玩....”(CB007)

“就是會先去逛一逛，看一下特別的店這樣，就大家一起進去逛這樣，然後在裡面就會有一些比較好笑的事情，然後肚子餓就去

找餐廳坐下來吃，然後就在那個店面也不限什麼”...(AC006)

### (五) 文化與信仰

有學生提到，自己的種族、宗教與文化生活的影響，讓她的休閒活動更有音樂性，並且是與自己的生活與信仰融合。

“恩..音樂比較貼近我的生活，因為我是原住民嘛，然後原住民通常都比較會唱歌，然後我的親戚們，然後我所待的部落，只要是什麼節慶，就一定是跟音樂有關的。然後又是基督徒，然後其實基督徒跟音樂也脫離不了關係，因為我們要敬拜，所以我的我覺得我一出生所待的那個環境，就是很有音樂性。”(CG023)

### 三、針對休閒活動，高中生們的建議

包括建議大型展覽調降費用、交通優惠或拓展便利性...等環境因素，還有學校方面調整課程學習時間...等。

#### (一) 設施安全

“就可能就是其實我還蠻想，就是像高空彈跳這些的阿，我還蠻想做的，但是那種設施不是常有，而且那種安全度其實又不夠...。”(CF025)

#### (二) 交通便利性

“我覺得，交通要便利一點(CE021)

恩，就是不管去哪個地方。就是因為，我們都是學生，都沒有什麼錢，因為明年公車就要錢，我覺得(免費)就是可以再實施下去。

“(CB021)

“高雄的捷運，希望可以到更多地方，有捷運是很方便，但是還是很多地方到不了，最好是可以像台北那樣。”(DA024)

#### (三) 展覽內容與費用

費用直接影響高中生參與休閒的意願與可能性，尤其是對於高費用的文藝性或科學性展覽。

“我覺得如果是我，以我來講看表演啦，他們其實是國外進來的，所帶來的那些成本比較高，所以相對他們門票會比較貴，可是其



實因為我們也是學生去看啊....其實這麼貴的展覽，你又要在台灣辦展覽，其實費用對我們來講真的是一種負擔，如果政府他是真的希望我們大家多去，因為他不是一直在倡導我們應該要多元的去參加那些展覽嗎?台中之前好像蓋那個博物館也是好像怕沒有人去...” (CC26)...

“他要讓別人去參觀他要縮減那些...從我們去得的費用先縮減，才會比較多人會去看吧” (CC29)

“因為其實說真的台中的跟台北的展覽館真的是有差，因為想台北就真的是比較好，因為他們年年都在更新。因為年年都有大型的展覽，所以更新的速度就比較怪，像台中就真的，阿，我去過就不會再想去，因為到現在還是那一個樣。” (CC30)

#### (四) 學校課程及時間調整

不管是北中南區的高中生都提到時間的不足，在放學補習後已無足夠時間休閒，假日也是被功課塞滿生活，他們提出學校課程調整的建議。

“因為你放學之後還要去補習，補習之後就回家，都沒有休閒啊” (AE023)

“比如說就是縮減上課的時數阿，這是事實，就是因為我去過國外，在那邊留學一年嘛，那邊的制度就是早上七點上課，下午一點就放學，所以你整個下午都很有時間可以...” (CC024)

#### (五) 學校辦理戶外教學

“我覺得每學期都來一次校外教學之類的...我們一年級都沒有校外教學....我以前是讀私立國中，我覺得私立國中在這方面就很棒阿所以建議學校每個學期都要...” (AG023)

#### (六) 政府規劃與宣傳

“恩...再蓋十個運動中心(AD021)

規劃..宣傳，所以政府可以對於這種一日遊的休閒活動，多一點宣傳。” (AG034)

## 第五章 結論與建議

本研究主要探討高中生個人背景變項、家庭背景變項、休閒需求與休閒參與此四個主要研究變項間之關係，茲將整理研究之結果並提出建議。本章共分為二節，第一節為結論；第二節為建議。

### 第一節 結論

綜合本研究量化調查與質性研究的結果，對於休閒需求與休閒參與的現況有以下的結論：

#### 一、休閒需求的現況

本研究發現高中生的休閒需求休閒參與的現況結論如下：

本研究中高中生的休閒需求高低依序：

- 1 智力性休閒活動
- 2 社交性活動
- 3 勝任熟練性
- 4 次機逃避性

可見對高中生有強烈的需求透過休閒活動來滿足好奇、發現新事物、學習周遭的事務等需要；其次，高中生藉由相關休閒活動來與人建立友誼，認識新朋友、與人產生互動等；再者，高中生需要休閒使身體獲得舒緩、放鬆情緒、逃避刺激與緊張等。透過研究結果，可以更瞭解高中生有上述需求。

#### 二、休閒活動參與現況

在休閒活動參與方面，高中生在「上網」、「看電視/電影/DVD」、「運動」、「戶外活動」、「社交活動」、「追星活動」的參與時數，皆以不足 6 小時為最多，其次則以「靜態活動」的參與時數 6 小時至未滿 11 小時為多。

### 三、不同背景變項對休閒需求的影響

本研究發現不同背景變項對於休閒需求的影響如下：

1. 不同性別的高中生的休閒需求有所差異，女生在智力性、社交性與刺激-逃避需求高於男生，男生在勝任-熟練需求上高於女生。
2. 不同年級的高中生休閒需求有所差異，高三學生在智力性上及社交性上的需求高於「高二」學生。
3. 不同年齡的高中生在休閒需求沒有顯著差異。每週可使用之零用錢、休閒需求與休閒活動參與時數之差別分析：在休閒需求方面，沒有組別有達到顯著差異
4. 父母親不同教育程度的高中生在休閒需求有差異，父親不同教育程度之高中生與使用智力性方面，「小學」教育程度者低於「高中職」；父親不同教育程度之高中生與使用社交性方面也有不同，教育程度為「小學」者低於「高中職」；而母親不同教育程度之高中生，在休閒需求方面則無顯著差異。
5. 不同主要照顧者的高中生在休閒需求沒有明顯差異。
6. 不同居住區域在休閒需求包括智力性、社交性與刺激-逃避三項需求有差異。在智力性方面，「中部」高中生高於「東部及離島」、「南部」高中生高於「東部及離島」；不同縣市之高中生在社交性方面，「北部」高中生高於「東部及離島」、「中部」高中生高於「東部及離島」、「南部」高中生高於「東部及離島」；不同縣市之高中生在刺激-逃避方面，「北部」高於「東部及離島」、「中部」高於「東部及離島」、「南部」高於「東部及離島」。

### 四、基本背景變項對休閒活動參與之情況

本研究發現人口學變項對於高中生休閒活動參與的情況如下：

1. 不同性別高中生在休閒活動參與時數有差異，在上網、運動與戶外活動等三項休閒活動的男生參與時數均高於女生。
2. 不同年級的高中生在休閒活動時數參與上，花在上網的時間，「高三」高於「高一」；花在看電視/電影/DVD的時間，「高一」高於「高二」，也高於「高三」；花在追星活動的時間，「高三」高於「高二」；花在靜態活動的時間，「高一」高於「高三」。
3. 不同年齡的高中生在休閒活動參與時數上，沒有顯著差異。
4. 不同之主要照顧者之高中生在休閒活動參與時數上有差異，上網時數，主要照顧者為「祖父母」及「外公、外婆」高於「父母」；看電視/電影/DVD項目的參與時數，主要照顧者為「祖父母」高於「父母」；運動項目參與時數，主要照顧者為「祖父母」「外公、外婆」均高於「父母」及「其他親戚」；戶外活動項目參與時數，「祖父母」、「外公、外婆」與「其他親戚」皆高於「父母」；社交活動項目參與時數，主要照顧者為「祖父母」高於「父母」；追星活動項目參與時數，主要照顧者為「祖父母」及「外公、外婆」皆高於「父母」。
5. 不同父親教育程度之高中生休閒活動在參與有差異，花在使用上網的時間方面，父親教育程度為「國中」低於「大學、專科」、「高中職」低於「大學、專科」；花在看電視/電影/DVD的時間方面，父親教育程度為「國中」低於「大學、專科」、「國中」低於「研究所以以上」；花在追星活動的時間方面，「高中職」低於「研究所以以上」；花在靜態活動的時間方面，「國中」低於「研究所以以上」。不同母親教育程度之高中生與花在使用上網的時間方面，母親教育程度為「小學」低於「大

學、專科」、「國中」低於「大學、專科」；花在看電視/電影/DVD的時間方面，母親教育程度為「高中職」低於「大學、專科」；花在戶外活動的時間方面，母親教育程度為「國中」低於「研究所以以上」、「高中職」低於「研究所以以上」、「大學、專科」低於「研究所以以上」；花在追星活動的時間方面，，母親教育程度為「小學」低於「研究所以以上」、「國中」低於「研究所以以上」、「高中職」低於「研究所以以上」、「大學、專科」低於「研究所以以上」；花在靜態活動的時間方面，「國中」低於「大學、專科」、「高中職」低於「大學、專科」等結論。

6. 高中生每週可使用之零用錢的不同在休閒活動參與時數上有差異，上網時數方面，「100元以下/週」低於「101元—499元/週」、「100元以下/週」低於「500元—999元/週」、「100元以下/週」低於「1000元以上/週」、「101元—499元/週」低於「500元—999元/週」、「101元—499元/週」低於「1000元以上/週」在與看電視/電影/DVD時數方面，「100元以下/週」低於「1000元以上/週」；運動時數方面，「100元以下/週」低於「500元—999元/週」、「100元以下/週」低於「1000元以上/週」、「101元—499元/週」低於「500元—999元/週」、「101元—499元/週」低於「1000元以上/週」；在戶外活動時數方面，「100元以下/週」低於「1000元以上/週」、「101元—499元/週」低於「1000元以上/週」、「500元—999元/週」低於「1000元以上/週」；社交活動項目參與時數方面，「100元以下/週」低於「500元—999元/週」、「100元以下/週」低於「1000元以上/週」、「101元—499元/週」低於「500元—999元/週」、「101元—499元/週」低於「1000元以上/週」、「500元—999元/週」低於「1000元以上/週」；追星活動項目參與時數，「100元以下/週」低於「1000元以

上/週」、「101元—499元/週」低於「1000元以上/週」、「500元—999元/週」低於「1000元以上/週」。

7. 不同縣市之高中生在休閒活動參與時數上有差異，花在上網的時間方面，「北部」高於「南部」、「中部」高於「南部」、「南部」高於「東部及離島」；花在運動方面，「北部」高於「南部」、「中部」高於「南部」、「南部」高於「東部及離島」；花在戶外活動方面，「北部」低於「東部及離島」、「中部」低於「東部及離島」、「南部」低於「東部及離島」；花在社交活動方面，「北部」高於「南部」、「北部」低於「東部及離島」、「中部」低於「東部及離島」、「南部」低於「東部及離島」；花在追星活動方面，「北部」、「中部」、「南部」均高於「東部及離島」。

本研究中的基本背景變項對於高中生在休閒活動的參與上均有顯著的差異，此一結果與過去財團法人「張老師」基金會(2005; 2006)針對台灣高中生的研究結果一致，顯示在高中生參與休閒活動的選擇上，個人背景與家庭生活環境的因素具有重要的影響性，此與其他研究亦有相同的發現。

王梅香(2003)發現青少年的性別、學業成就、年級、學校類別、家庭社經地位與休閒參與類型有關係，女性在社交的需求高於男性，青少年性別、學業成就、年級、學校類別、家庭社經地位會影響其休閒活動的參與頻率。本研究亦發現女性在智力性、社交性及刺激-逃避性休閒需求均高於男性相同。

曹以樂(2004)的研究發現，女性參與休閒活動比男性積極，本研究則發現男性參與上網戶外活動運等三類活動高於女性。性別因素上與本研究有所不同。許麗雙(2009)發現台南縣高中生偏重娛樂性活動，本研究之追星活動不僅是南部，包括北部、中部也是高於東部與離島地區的，研究結果相似。

林美儀（2010）研究彰化縣高中生每週參與休閒時數以半小時到一小時為最多，與本研究結果類似，本研究發現高中生在「上網」、「看電視/電影/DVD」、「運動」、「戶外活動」、「社交活動」、「追星活動」的參與時數，皆以不足6小時為最多。惟，本研究之時數區域間隔較大。

研究者楊國隆(2006)、胡信吉(2003)、王梅香(2003)、陳冠惠(2003)、陳南琦(2000)等研究顯示在年級、學業成就、家庭社經地位、每月休閒花費與休閒參與類型具有顯著的關聯，與本研究發現高中生參與上網、看電視（電影、DVD）、運動、戶外活動、社交活動與追星活動等與其擁有零用錢有差異。

在家庭背景部分，由祖父母、外公婆照顧之高中生在休閒活動參與類型上投入看電視（電影、DVD）、戶外活動、運動、上網、社交活動、戶外活動等項目均高於由父母照顧之高中生。

## 第二節 建議

綜合本研究之結論，分別就實務與研究兩方面提出建議。

### 一、實務方面

#### （一）、針對民間青少年社區機構

本研究發現家庭背景因素會對於高中生在休閒參與情況與休閒需求上有所影響，主要照顧者為父母的高中生明顯在參與休閒活動包括上網、看電視或DVD、運動、戶外活動、社交活動、追星活動等六項活動參與上，由祖父母或外公外婆照顧者參與時數多於父母照顧者。此現況顯示隔代教養對於高中生休閒參與有影響，缺乏父母陪同顯然影響高中生參與的休閒活動類型。致力於青少年發展與休閒之社區機構、青少年中心，應可積極規劃相關活動以協助隔

代教養家庭高中生多加參與，而不受限於偏重上網、看電視或 D V D … 等類型。此外，也顯示隔代教養的祖父母在管教上需要推展親職教育之社區機構更可積極規劃祖孫互動的課程、或是倡導適合祖孫共同休閒之概念具體協助這些家庭。

## （二）針對家長

質性訪談中發現高中生需要父母親支持其參與休閒活動，與父母共同參與的休閒活動與隱瞞父母所從事的休閒活動有很大差異，顯示高中生期待家長支持其參與休閒活動。本研究對家庭提出建議如下：

1. 建議家長多提支持高中生從事社交性與人建立友誼等需求的休閒活動，增加高中生與同儕共同參與機會，其他需求例如智力性與刺激-逃避方面的需求則可由父母親與其共同進行。
2. 建議由隔代教養之祖父母或外公外婆也能多瞭解高中生休閒活動參與下的需求，避免形成管教與支持休閒之衝突。

## （三）學校

從研究發現，高中生的休閒需求尤其高三學生於自我充實及社交性兩個項目的需求都高於高二的學生，因此對學校方面提出建議如下：

1. 建議教師在一般課程及輔導活動中協助最有升學壓力的高三學生滿足其自我充實及社交性的需求，將有助於提昇高三學生之情緒穩定性，且能節省學生在課餘時間須找其他管道致力滿足此類需求。
2. 兼顧不同性別之休閒需求，提供不同的休閒活動設計。例如，女性學生較需要設計有關刺激-逃避、社交性與智力性的需求，讓女性學生在參與學校休閒活動中能紓解壓力、增加人際互動、充實自我。男性學生較著重勝任-熟練的需求，可以



增加體能、熟練性高的活動為主。在課後活動方面，設計適合不同性別的活動參與，可協助滿足其休閒需求。

3. 在學校的設施設備上應整合地方上的各項資源，擴充相關的設施設備，提供高中生安全又免費的場地。
4. 訪談中發現大部分學生在下課後，能夠在從事休閒活動時間已不多，在未來 12 年國教中如何在學生課程中多提供其多元課程，並在課程中滿足其參與休閒的需求，對高中生之身心健康發展與學習均有很大的影響，多位學生在訪談中羨慕國外學校的課程時間與安排，兩讓他們享有更多休閒時間。
5. 增加戶外教學與參訪的機會，也是許多高中生的心聲，也有些學校對於高三學生以減少或不辦理戶外教學，對學生在學校課程中滿足智力性之需求也會有所影響，建議學校於各年級仍應常態性規劃。

#### （四）政府部門

不同縣市的高中生在休閒需求及休閒活動參與上有差異，中部及南部的高中生關智力性活動，北部中部及南部高中生比東部及離島高中生更關心社交性及刺激-逃避活動。

參與情況則是北、中、南部的高中生比東部與離島高中生花較多時間在上網、運動、追星活動上，東部與離島的高中生花較多時間在社交活動與戶外活動，此現象可見在都會與偏遠地區，高中生偏重的休閒活動不同。針對此部分，提供政府部門的建議：

1. 北部、中部與南部的高中生在訪談中提及想要參與戶外活動、一日遊活動，但是資訊不足夠，也希望交通更低價、更方便，例如高雄市高中生盼望其都市捷運更可以分佈更廣區域，方便他們參與相關休閒活動。此外，需要政府相關單位積極規劃宣傳，辦理戶外活動來提供高中生參與，例如目前台北市府規劃“台北微電影”，透過青少年偶像劇及青少年喜愛的微電影作為媒介來帶動青少年的休閒活動。

2. 針對偏遠地區高中生，希望參與休閒可以有社交活動，相關單位可以跨縣市合作、或由政府補助偏遠學校提供高中生活動多加設計社交性活動，滿足其需要、或由政府補助隔代教養高中生拓展其休閒參與活動多元化。
3. 受訪學生肯定政府設立運動中心，台北市以外地區的學生易盼望有運動中心，政府應積極規劃，並委托相關單位從事各區域內青少年的休閒需求調查，在設置前從硬體規劃與空間需要上著手設計滿足青少年的休閒活動項目，並與鄰近戶外活動場地較小的學校合作，提高高中生使用運動中心的機會。

## 二、 研究限制與建議

本研究是針對高中生休閒需求與休閒活動參與的全國規模的調查研究，提供了對於高中生休閒參與及休閒需求相當豐富的資訊，但是對於休閒需求與休閒參與的關係，仍有未盡之處，值得再進一步做更多的研究。因此針對本研究之限制，提出下列的建議。

1. 重新歸類休閒活動類別：本研究在休閒參與活動類型係因系列性縱貫研究，延續本會 2011 年針對國中生研究之休閒研究之分類，休閒活動項目容易因潮流趨勢改變或增新，加上本研究在某些活動上歸類過於相似、雷同，有些項目如追星活動無法涵及新時代流行之娛樂休閒活動。因此建議未來研未來的休閒活動項目建議應重新歸因，提升類別相對性究研究活動類型可重新透過因素分析予以重新編列。
2. 重新設計休閒活動參與時數類別：本研究研究結果發現高中生參與時數幾乎多低於六小時，目前升學壓力下高中生在學校課程加上課後補習的行程後，不容易還有六小時閒暇時間，此外也無法比較六小時之內的差異，建議未來研究對於參與休閒時數的時數界定可重新編排，調整時距差異。
3. 可在拓展其他變項對高中生青少年的影響，例如高中職，本研究在訪談中有發現許多高職學生與高中生在安排時間上，

還有家長支持度有所差異，但是訪談無法有統計數字的代表性，未來更列入變項考驗，以瞭解是否亦為影響原因。此外，訪談中有學生屬於住宿情況，對於住在校舍中是否在休閒需求上不同於一般同學？時間是否更充裕於安排休閒活動，未來研究亦也列入作為考驗的變項，以求更周延探討高中生的需求。

相信，在少子化之社會趨勢與十二年國教要實施之環境派動下，持續縱貫地、橫貫地進行相關研究，能讓我們更貼近青少年的休閒需求，更能促進年輕一代之身心健康。

## 參考文獻

### 一、 中文部份：

- 丁秋娟(2003)，*台北縣國中學生休閒活動之研究－以三重區為例*，台北市立師範學院國民教育研究所碩士論文，未出版。
- 王宏彰(2004)，*不同世代國民小學教師工作價值觀與休閒需求關係之研究*，國立高雄師範大學成人教育研究所碩士論文，未出版。
- 王建堯(1999)，*影響國中生休閒活動的因素之研究－以高雄縣為例*，國立台東師範學院碩士論文，未出版。
- 王美芬(1993)，*單親青少年休閒狀況之調查研究*，國立彰化師範大學輔導學系碩士論文，未出版。
- 王梅香(2003)，*臺北市青少年休閒參與型態與偏差行為之研究*，台北市立體育學院運動科學研究所碩士論文，未出版。
- 王微茹(2007)，*大學生之休閒需求、參與、滿意度及幸福感之研究--幸福感之需求滿足理論驗證*，世新大學觀光學系碩士論文，未出版。
- 行政院青年輔導委員會(1998)。*青少年政策白皮書*。台北市。
- 行政院青年輔導委員會(2005)。*青少年政策白皮書*。台北市。
- 呂有仁(2006)*嘉義地區青少年休閒參與及情緒智力之相關研究*，國立中正大學運動與休閒教育所碩士論文，未出版。
- 吳盛文(2011)*新竹縣公立國中生休閒運動參與動機、阻礙因素與休閒效益之研究*，國立臺灣師範大學體育學系碩士論文，未出版。
- 林英顏(2004)。*員工工作投入、工作壓力與休閒需求關係之研究*，中國文化大學國際企業管理所碩士論文，未出版。
- 林東泰(1997)。*青少年休閒價值觀之研究*。台北：行政院青年輔導委員會。
- 林美儀(2010)，*青少年休閒運動參與、同儕關係與身體意象之相關*

研究－以彰化地區完全中學為例，大葉大學管理學院碩士碩士論文，未出版。

胡信吉（2003），*花蓮地區青少年休閒活動現況與休閒阻礙因素之研究*，國立臺灣師範大學碩士論文，未出版。

孫慶國（1995），*青少年休閒生活調查報告*。臺北市：財團法人金車教育基金會。

財團法人「張老師」基金會（2005），*台灣青少年與家庭需求調查之研究*。（未出版）

財團法人「張老師」基金會（2006），*台灣青少年需求調查研究*。（未出版）

財團法人「張老師」基金會（2010），*台灣地區國中生休閒需求與休閒活動參與之調查*，台北市。（未出版）

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*，國立臺灣師範大學體育所碩士論文，未出版。

張文禎（2002），*國小學生休閒態度與休閒參與之研究－以屏東縣為例*，國立屏東師範學院國民教育所碩士論文，未出版。

張孝銘、高俊雄(2001)，*休閒需求與休閒阻礙之相關研究－以彰化市居民為實證*，體育學報，30，p143-151

許義雄（1993），*青年休閒活動現況及其阻礙因素之研究*。臺北市：行政院青年輔導委員會。

許麗霜（2009），*不同學校屬性青少年休閒行為之探討－以台南縣高中職學生為例*，南台科技大學碩士論文，未出版。

翁玉珠（1995），*青少年休閒活動傾向、凝聚力、與情緒調適之相關研究*，文化大學家政學系碩士論文，未出版。

曹以樂（2004），*大台北地區青少年休閒認知與參與行為之研究*，國立臺灣師範大學運動休閒與管理所碩士論文，未出版。

游正芬（1999），*閒暇時間從事的活動與健康之關係－以台北市某國*

- 中學生為例，國立臺灣大學碩士論文，未出版。
- 程紹同（2000），*中學生運動休閒參與模式研究*。台北：漢文書店。
- 黃麗蓉（2002），*桃園縣市國中學生休閒活動參與現況之相關研究*，國立臺灣師範大學碩士論文，未出版。
- 鄧建中（2002），*綜合高中教師休閒需求及參與之研究*，朝陽科技大學休閒事業管理系碩士論文，未出版。
- 鄭琦玉（1995），*日月潭風景特定區遊客特性及遊憩需求型態分析*，*觀光研究學報*，1(4)，p39-53。
- 鄭順璉（2001），*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，未出版。
- 陳欣宏（2003），*台中市中老年人休閒阻礙與休閒需求之調查研究*，國立體育學院體育研究所碩士論文，未出版。
- 陳淑娟（2007），*同儕關係對休閒活動影響之研究-以台灣中部地區國中生為例*，亞洲大學國際企業學所碩士論文，未出版。
- 陳彰儀（1989）。*休閒活動之選擇與休閒教育*，*幼獅月刊* 384，50-53頁，台北市。
- 陳彰儀（1989）。*工作與休閒，從工業心理學的觀點來探討休閒的現況與理論*。淑馨。台北。
- 趙善如（1995），*我不要黯淡無光的青春*—談青少年休閒輔導。*學生輔導雙月刊*，39，92-97。
- 趙碧華、闕漢中（1997），*家庭與青少年生活型態之建構*，*東吳社會工作學報*，3，181-212。
- 蔡佳蓉（1991），*國中生刺激尋求動機與休閒取向之相關研究*，國立彰化師範大學輔導研究所碩士論文，未出版。
- 鮑敦珮（2002），*中部地區青少年選擇休閒場所之相關因素實證研究—以國立台中高級農業職業學校為例*，朝陽科技大學休閒事業管

理系碩士論文，未出版。

盧碧仙（2010），*青少年休閒活動參與、休閒參與動機與休閒效益之相關研究-以國軍軍校學生為例*，中國文化大學青少年兒童福利研究所碩士論文，未出版。

顏妙桂（2004）。青春活力－從心理社會發展觀點論述青少年的休閒投入，*學校體育*，14（2），14-21。

羅智仁（2008），*台中市高中學生休閒運動參與及滿意度之研究*，亞洲大學經營管理學系碩士論文，未出版。

蘇慧君、劉玲君(1995)。青少年之休閒活動狀況調查報告，*學生輔導通訊*，40期，122-125頁。

蘇瓊慧(2005)，*臺北縣國中生休閒參與及情緒調整之相關研究*，臺灣師範大學公民教育與活動領導學系碩士論文，未出版。

## 二、西文部份：

Beard, J.G. , & Raghed , M.G.(1983). Measuring leisure motivation . *Journal of Leisure Research*, 15(3) , p219-228.

Erikson, E.H. (1963). *Childhood and Society*. New York: Norton.

Erikson, E.H. (1968). *Identity: Youth and Crisis*. New York: Norton.

Kabanoff and O' Brien(1986). Stress and the Leisure Needs and Activities of Different Occupations. *Human Relations*, 39(10), p903-916.

Lavery, P. (1975). The Demand for Recreation. In P. Lavery (Ed.), *Recreational geography*. Newton Abbot, London, & Vancouver: David & Charles. p21-50.

Maslow, A .(1943). A theory of human motivation. *Psychological Review*, 1(50) ,p370-396.





4. 您可使用的零用錢金額： 0 元/週     101 元 ~ 499 元/週  
 500 元 - 999 元/週     1000 元以上/週

5. 您父母的婚姻狀況：

① 同住     ② 分居     ③ 離婚     ④ 再婚  
 ⑤ 有一方過世     ⑥ 父母雙亡     ⑦ 其他 \_\_\_\_\_ (請註明)

6. 目前在家庭中，主要照顧你的是：

父母     祖父母     外公、外婆     ④ 其他親戚 \_\_\_\_\_ (請註明)

7. 您父母的教育程度：

(1) 父親教育程度—

小學     ② 國中     高中職     大學、專科     研究所以上

(2) 母親教育程度—

小學     ② 國中     高中職     大學、專科     ⑤ 研究所以上

8. 您的居住地區

1 台北市、新北市     2 基隆市     3 宜蘭縣     ④ 4 桃園縣  
 5 新竹縣市     6 苗栗縣     7 台中市  
 8 台南市     9 嘉義縣市  
 10 雲林縣     11 彰化縣     12 南投縣  
 13 高雄市     14 屏東縣市     15 花蓮縣     16 台東縣     17  
離島(金門澎湖)

## 【第二部份：休閒需求】

填答說明：

以下題目是想請教您在一般參與休閒活動的原因，請依您對問題的同
 意程度在右邊之數字上加以圈選，數字越大表示越同意。

題目	非 常 不 同 意	不 同 意	沒 意 見	同 意	非 常 同 意
1. 發掘新觀念	1	2	3	4	5
2. 滿足好奇心	1	2	3	4	5
3. 學習周遭的事物	1	2	3	4	5
4. 拓展知識領域	1	2	3	4	5
5. 多認識自己	1	2	3	4	5
6. 發現新事物	1	2	3	4	5
7. 增加創造力	1	2	3	4	5
8. 激發想像力	1	2	3	4	5
9. 與人產生互動	1	2	3	4	5
10. 與人建立友誼	1	2	3	4	5
11. 想擁有歸屬感	1	2	3	4	5
12. 向人顯示自己的才幹	1	2	3	4	5
13. 認識新朋友或不同的人群	1	2	3	4	5
14. 向別人表達自己的想法感覺或特長	1	2	3	4	5
15. 尋求知己	1	2	3	4	5
16. 得到別人的尊重	1	2	3	4	5
17. 視為一種自我能力的挑戰	1	2	3	4	5
18. 使我更有精力	1	2	3	4	5

19.藉參與來增進自己的技巧與能力	1	2	3	4	5
20.參與休閒活動使我感覺很好	1	2	3	4	5
21.保持身材	1	2	3	4	5
22.發揮自己的運動才能	1	2	3	4	5
23.增進運動技巧和能力	1	2	3	4	5
24.強化體適能	1	2	3	4	5
25.放慢生活步調	1	2	3	4	5
26.為了休假	1	2	3	4	5
27.為了放鬆情緒	1	2	3	4	5
28.逃避日常生活的擁擠和吵雜	1	2	3	4	5
29.使身體獲得舒緩	1	2	3	4	5
30.因為有時想要獨處	1	2	3	4	5
31.減少我在時間上的緊湊感	1	2	3	4	5
32.刺激-逃避和緊張	1	2	3	4	5

### 【第三部份：休閒活動參與】

填答說明：  
 下列的活動是一般青少年常從事的休閒活動，請您根據現況，圈選出您一週大約花多少時間從事該休閒活動。

題目	不足6小時	6小時至未滿11小時	11小時至未滿16小時	16小時至未滿21小時	21小時以上
1. 上網（包括線上遊戲、聊天、部落格……等）	1	2	3	4	5
2. 看電視/電影/DVD	1	2	3	4	5
3. 運動（如打球、游泳、滑板……等）	1	2	3	4	5
4. 戶外活動（如登山、健行、攀岩……等）	1	2	3	4	5
5. 社交活動（如唱歌、逛街、聚餐……等）	1	2	3	4	5
6. 追星活動（演唱會、簽唱會、歌友會、握手會……等）	1	2	3	4	5
7. 靜態的活動（如閱讀、聽音樂……等）	1	2	3	4	5
8. 其他（請說明）_____	1	2	3	4	5

附錄二

訪談同意書

親愛的同學您好：

「張老師」基金會希望能透過研究訪談更了解大家，這次我們希望邀請您參加座談，請您提供有關您從事休閒活動的看法，希望您能提供寶貴的意見，供我們參考。

本次座談的進行將會花費時間大約在一小時左右。焦點團體進行過程將全程錄音及摘要記錄，所有訪談內容僅供研究上使用並以匿名處理。

誠摯邀請您參與，請詳閱後簽名，謝謝！

研究單位：「張老師」基金會 敬上

簽名：

中 華 民 國 1 0 0 年 月 日