

台灣區軍事院校畢業生休閒參與之休閒態度、休閒動機、休閒阻礙及休閒滿意度之相關研究

汪茂鈞 李連宗
龍華科技大學 黎明技術學院

摘 要

本研究主要的目的在於瞭解軍事院校畢業生在參與休閒活動之休閒態度、休閒動機、休閒阻礙、休閒滿意度的現況及其差異性，探討不同休閒態度程度對休閒動機、阻礙、滿意度差異性情形，並瞭解休閒態度、休閒動機等變項對休閒滿意度預測情形。本調查以國防部政治作戰局實施九十五年班畢業生愛國教育所列之軍事院校為研究範圍，本研究採立意取樣，調查問卷共發出 800 份，抽取有效樣本 748 人。有效樣本資料經統計分析與討論後，獲得以下的結果：

- 一、休閒態度因素最高為：「休閒情意」。
- 二、休閒動機因素最高為：「刺激-逃避」。
- 三、休閒阻礙因素最高為：「外在阻礙」。
- 四、休閒滿意度因素最高為：「放鬆層面」。
- 五、性別變項在休閒態度、動機、阻礙、滿意度因素部份有明顯差異存在。
- 六、不同程度休閒態度對休閒動機、阻礙、滿意度有明顯差異存在。
- 七、七個預測變項預測效標「休閒滿意度」，有四個變項能聯合預測休閒滿意度。

本研究根據上述的結果，對休閒諮商者及休閒服務業以及未來研究上提出相關之建議。

關鍵詞：休閒態度、休閒動機、休閒阻礙、休閒滿意度、休閒參與

The Analysis of Taiwan's Military Institutions Graduates' Attitude, Motivation, Constraints, and Satisfaction of Leisure Activity.

Mao-chun Wang
Lunghwa University of
Science and Technology

Lien-Chung Lee
Lee-Ming Institute of Technology

ABSTRACT

This research aims at implementing the willingness and the difference of military graduate students' leisure attitude, leisure motivation, leisure constraints and leisure satisfaction. This research also implements the different levels of status with the contents of leisure attitude、motivation、constraints、satisfaction, and predict other variables involved such as leisure attitude、leisure motivation.

The research is based upon the survey of the graduate students on 2006 from the military institution and implementation of patriotic education held by Ministry of National Defense. Eight hundred questionnaires were released and the retrieved valid questionnaires are calculated up to 748. The findings of the research is analyzed by Purposive Sampling method and get the results as following:

- 1.The highest factor of leisure attitude is Leisure effectiveness.
- 2.The highest factor of leisure motivation is Stimulus-Avoidance.
- 3.The highest factor of leisure constraint is exterior hindrance.
- 4.The highest factor of leisure satisfaction is relaxation.
- 5.The gender variable has a significant effect on leisure attitude, motivation, constraint, and satisfaction.
- 6.Different levels of leisure attitude have a significant effect on leisure motivation, constraint and satisfaction.
- 7.They are four criterion validities can be combined to predict leisure satisfaction among seven criterion validities which concerning leisure satisfaction.

According to the result above, valuable suggestions are provided for leisure counselors with the service of leisure profession, and the research of further researchers.

Key words:Leisure attitude, Leisure motivation, Leisure constraint, Leisure satisfaction, Leisure participation.

壹、緒論

一、研究背景

近年來科技進步，資訊傳播發達、交通運輸快速便捷，生產力提升，促進國際經濟快速成長，人類平均所得逐年提高，生活物資豐裕，勞動力相對減少，促使個人可支配的自由時間增加。Graham Molitor (1996) 認為二十一世紀初期是人類休閒的時代，休閒活動嚴然成為人類生活重要的一環。因此，休閒活動參與日漸頻繁，其休閒活動的需求更加殷切，人類開始對相關休閒產品、活動資訊、生態環境等事務日趨重視，其休閒品質、活動滿意度要求更高，形成對休閒認知、休閒情感、休閒行為等態度增加。

軍事院校四年的求學階段是年輕人生涯規劃重要的里程碑，準備踏入軍事社會階段中最關鍵的歲月，在軍事專業的學術殿堂中學習、成長、蛻變、成熟，完成軍事專業進入國防體系重要崗位，負起保國衛民的重責。在此階段的休閒教育影響軍校學生往後生活品質甚巨；如何學習休閒技巧、休閒知能，讓職業軍人能順利從事休閒活動提升生活品質，必須從休閒教育開始，因此，研究軍校學生參與休閒活動的休閒態度、休閒動機、休閒阻礙、休閒滿意等相關因素是當前重要的課題。根據國內的調查報告顯示，大專學生參與休閒活動逐年降低（方進隆、卓俊辰、錢紀明、黃永任，行政院體委會，1999）。是何種因素影響個人經常或持久性參與休閒活動、減少個人參與的慾望及滿足感？個體參與休閒活動主觀知覺到有哪些阻礙的理由？根據國內外研究發現阻礙因素：包括沒金錢、技巧不好、沒時間、沒興趣、課業繁忙、沒有同伴、不知參與地點、缺乏訊息、沒有體力、機會獲得、社會態度。（黃立賢，1996；陳海德，1996；李素馨，1997；沈易利，1999；林建勳，2002；王金蓮，2002；李連宗，（2004）；Dattilo & Murphy，1991；Jackson & Henderson，1995；Romsa & Hoffman，1980；Mull, Bayless, Ross & Jamieson，1997）。

王金蓮（2002）指出學生主要參與動機因子依序為：心情愉快、消磨時間、結交朋友等因素。張孝銘（2003）發現彰化市居民期望藉由參與休閒活動來滿足自我的需求，依序為：釋放壓力與緊張、學習有關自我週遭事物、消除生活緊張與忙碌、建立友誼、獲得休息、擴展知識、獲得身體舒暢、心理舒暢。鄭順聰（2000）發現大學生其休閒動機依序為：智力性、刺激--逃避、勝任--熟練、社交性；李連宗（2004）探討台灣區大專學生之休閒動機依序為刺激-逃避、智力性、勝任-熟練、社交性。Iso-Ahola（1989）對個體參與休閒行為提出兩個基本動機，分別為追求與逃脫，在

逃脫環境方面：如個人的問題、麻煩、困難、失敗、朋友和家人。視逃脫為一個有力的休閒動機，以應付個人生活中的自然性阻礙。另一休閒動機在追求參與休閒活動的心理滿意度，參與的休閒活動也常因為社會關係和人際關係所影響。社會的繁榮使生活步調趨於緊張忙碌，個體為平衡身心的健康，消除生活緊張與忙碌，從事休閒活動能恢復精神與體力、滿足心理、生理之需求及紓解壓力，促進家庭社會和諧，其最終目的在於均衡生活體驗，健全生活內涵、提昇生活品質（許義雄，1990；高俊雄，1995；韓惠華，1997；沈易利，1999）。因此，探討軍校畢業生休閒動機之相關因素，有助於瞭解軍人未來休閒生活概況及生活品質。

林東泰（1992）認為休閒態度乃是個體對於某種特定休閒活動，經由學習所反應出的一種持續性的喜歡或不喜歡的預定立場，此種心理所衍生的意識活動，有助於預測參與者休閒行為的發生，如果個體對休閒活動持有正面的態度，則愈有可能持續參與該項活動。Ragheb（1980）認為休閒態度是參與休閒活動主要因素之一，當個體有正確的休閒態度，較能在休閒參與獲得美好的體驗。因此，人類在參與休閒活動時，受到個人休閒態度的影響非常大。陳美玲（1997）探討休閒態度與休閒參與之相關因素發現，休閒態度愈正向，其休閒參與愈積極。謝哲仁（1999）指出學生當前的休閒認知、態度與休閒行為均趨向積極正面的；而休閒認知、休閒態度與休閒行為之相關程度亦呈顯著正相關。連婷治（2000）發現國小教師參與休閒活動態度愈正向，其從事休閒的機會愈大。Beard&Ragheb(1980)針對休閒參與、休閒滿意和休閒態度三者的關係所作的研究結果中則顯示：休閒態度與休閒滿意成正相關，休閒態度愈正向者，對自己休閒滿意度也較高。簡單來說，個體若能充分了解休閒的好處，可以幫助個人訂定休閒參與的目標，而使其積極參與休閒，從休閒中獲得最大的利益，並能提高其休閒滿意度（謝明材，2000）。由上述研究可以得知，休閒態度和休閒滿意度、動機、休閒參與之間的關係十分密切，同時休閒態度的形成與改變是環境與個人動態式交互作用的結果。

休閒與生活息息相關密不可分，要充實休閒生活必須要具備休閒知能及休閒技巧，才能享受休閒活動的順暢，提升生活品質。因此，瞭解軍事院校畢業生參與休閒態度、休閒動機、阻礙、滿意因素是當前重要的課題。本研究目的在於瞭解整體畢業生對參與休閒活動的認知、情意、行為及休閒動機時，其個體的心理或生理需求，並探討學生的休閒阻礙內涵因素及對其休閒體驗、情境覺知滿意度的因素，期能提供學校參考及相關單位重視休閒教育的依據。

二、研究目的

- （一）瞭解軍事院校畢業生休閒態度、動機、阻礙、滿意度之現況。

- (二) 比較不同背景變項在休閒態度、動機、阻礙、滿意之差異。
- (三) 比較不同休閒態度程度對休閒動機、阻礙、滿意度之差異。
- (四) 瞭解休閒態度及休閒動機因素預測其休閒滿意度的情況。

貳、研究方法

一、研究對象

本調查以國防部政治作戰局實施九十五年班畢業生愛國教育所列之軍事院校為研究範圍，採立意取樣，調查問卷共發出 780 份，經篩選後有效樣本問卷共 748 份，回收比率為 96%。

二、研究工具

(一) 休閒態度量表

本研究量表是依 Hsieh (1998) 根據 Ragheb and Beard (1982) 所發展的休閒態度量表 LAS (Leisure Attitude Scale) 改編而來，本量表經預測及項目分析、因素分析，在信度方面各分量表 Cronbach's α 係數從 .86~.91 間，總量表 Cronbach's α 係數為 .9213 顯示本量表具有相當高的內部一致性信度。

(二) 休閒動機量表

本研究量表是依 Hsieh (1998) 根據 Beard and Ragheb (1983) 所發展的休閒動機量表全量表共 32 題分為智力、社交、勝任—熟練、刺激—逃避等四個分量表修訂而來。本量表經預測及項目分析、因素分析，在信度方面各分量表 Cronbach's α 係數從 .61~.75 間，總量表 Cronbach's α 係數為 .7498，顯示本量表具有相當高的內部一致性信度。

(三) 休閒阻礙量表

本研究量表採用賴家馨，(2002) 休閒阻礙量表；信度分析在內部一致性 Cronbach's α 係數各因素之係數介於 .72~.92 之間，總量表之 α 係數為 .90。顯示該量表具有良好的信度、效度。

(四) 休閒滿意量表

本研究量表是依 Hsieh (1998) 根據 Beard and Ragheb (1983) 所發展的休閒滿意度量表全量表共 24 題分為心理、教育、社會、放鬆、生理、審美等六個分量表修訂而來。本量表經預測及項目分析、因素分析，信度分析在內部一致性 Cronbach's α 係數各因素之係數介於 .79~.83 之間，總量表之 α 係數為 .9476。顯

示該量表具有良好的信度、效度。

三、資料分析與處理

本研究以 SPSS10.0 中文版進行分析，資料處理採描述統計、獨立樣本 t 檢定、多元逐步迴歸分析。

參、結果與討論

一、休閒態度、休閒動機、休閒阻礙、休閒滿意度描述分析

從表一資料分析結果發現，軍事院校畢業生休閒態度依序為休閒情意、休閒認知、休閒行為；休閒動機依序為勝任熟練、刺激逃避、社交性、智力性；休閒阻礙依序為外在網路、個人責任、社會網路、休閒資訊；休閒滿意度依序為放鬆、教育、生理、社會、心理、審美。根據 Hsieh (1998) 以台灣大學學生為研究對象，其結果依序最高為「刺激-逃避」、「勝任-熟練」、「智力性」、「社交性」。鄭順聰 (2000) 以北區大學生為研究對象，其結果依序為「智力性」、「刺激-逃避」、「勝任-熟練」、「社交性」。本研究結果最高是「勝任-熟練」，最低是「智力性」與 Hsieh、鄭順聰研究有所不同。顯示目前學生休閒動機在「勝任-熟練」、「刺激-逃避」日趨重要，但各層面落差不大，都在中偏高的休閒動機。根據王金蓮 (2002) 專校學生休閒活動參與研究結果，學生的休閒阻礙依序為：時間不夠、沒有同伴、費用太高、交通不便；而 Romsa & Hoffman (1980) 發現參與者的阻礙因素主要是技巧不好、沒時間、沒金錢及沒興趣；Jackson & Henderson (1995) 發現阻礙因素為沒同伴、不知參與地點、不知道活動技巧、缺乏訊息、沒有體力等 與本研究之休閒阻礙相符合。軍校畢業生在參與休閒活動所獲得休閒滿意度最大因素是放鬆、社會及教育等層面，最低是「審美層面」。此結果與劉佩佩，(1998)、謝明材，(2000) 其休閒滿意度以「放鬆」層面滿意最高相同。本研究結果學生參與休閒活動獲得滿意度最低是「美感層面」與顏智淵，(2002)、謝明材，(2000)、李連宗，(2004) 及 Bobby，(1995) 研究結果相同。

表一 有效樣本休閒態度休閒動機休閒阻礙休閒滿意度統計摘要表

項 目	因 素	平均數	標準差	因素平均數
休閒態度	休閒認知	48.6203	7.8163	4.05
	休閒情意	48.6404	7.7074	4.05
	休閒行為	47.5214	7.6775	3.97
休閒動機	智力性	31.6110	4.9452	3.95
	社交性	31.6564	4.9388	3.96
	勝任熟練	31.9519	5.0407	3.99
	刺激逃避	31.6858	5.1413	3.96
休閒阻礙	社會角色	8.4492	3.0346	2.81
	重要他人	8.6912	3.0246	2.97
	勝任感	8.6404	2.9747	2.88
	刺激感	8.6350	3.0289	2.88
	內在阻礙	34.4158	11.2261	2.87
	設施環境	17.8102	5.3603	2.97
	休閒資訊	11.9599	3.7852	2.99
	個人責任	9.0816	2.9321	3.03
	外在資源	9.1243	2.8141	3.04
	社會網路	12.0227	3.7830	3.01
外在阻礙	59.9987	16.5944	3.01	
休閒滿意度	心 理	15.1979	2.9153	3.80
	教 育	11.4826	2.1882	3.83
	社 會	19.0762	3.5251	3.82
	放 鬆	15.5267	2.8690	3.88
	生 理	15.2701	2.8359	3.82
	審 美	15.1778	2.9260	3.74

*p<.05

二、不同個人背景變項在休閒態度之差異性考驗

從表二分析的結果發現男生與女生在各休閒態度因素上在「休閒認知」(t=3.12, p<.05)、「休閒情意」(t=2.48, p<.05)、「休閒行為」(t=2.37, p<.05) 方面有顯著差異存在，顯示在男生「休閒認知」、「休閒情意」、「休閒行為」等休閒態度因素均大於女生。因此在舉辦休閒活動應更加重視女學生休閒能力及技巧。

表二 不同性別在休閒態度之 t 考驗分析摘要表

項 目	性 別	平均數	標準差	T 值	P 值
休閒認知	男 710	48.85	7.71	3.12*	.003
	女 38	44.37	8.67		
休閒情意	男 710	48.80	7.64	2.48*	.013
	女 38	45.63	8.49		
休閒行為	男 710	47.68	7.65	2.37*	.003
	女 38	44.66	7.80		

*p<.05

三、不同個人背景變項在休閒動機之差異性考驗

從表三分析的結果發現，男生與女生在各休閒動機因素上在「刺激-逃避」($t=2.16, p<.05$)、「社交性」($t=2.26, p<.05$)、「智力性」($t=1.96, p<.05$) 方面有顯著差異存在，顯示在男生「刺激-逃避」、「社交性」、「智力性」等休閒動機因素大於女生。在勝任熟練層面並無顯著差異與李連宗(2004)研究結果不相同。

表三 不同性別在休閒動機之 t 考驗分析摘要表

項 目	性 別	平均數	標準差	t 值	P 值
智 力 性	男 710	31.71	4.88	1.96*	.014
	女 38	29.84	5.76		
社 交 性	男 710	31.77	4.86	2.26*	.007
	女 38	29.55	5.94		
勝任熟練	男 710	32.04	5.03	2.06	.288
	女 38	30.32	5.01		
刺激逃避	男 710	31.80	5.03	2.16*	.004
	女 38	29.47	6.55		

* $p<.05$

四、不同個人背景變項在休閒阻礙之差異性考驗

從表四分析的結果發現：男生與女生在各休閒阻礙因素上在「社會角色」、「重要他人」、「勝任感」、「刺激感」、「內在阻礙」、「設施環境」、「休閒資訊」、「個人責任」、「外在資源」、「社會網路」、「外在阻礙」。方面並無顯著差異存在，從平均數比較女生在「社會角色」、「勝任感」、「刺激感」、「內在阻礙」、「外在資源」、「社會網路」等休閒阻礙因素大於男生；男生則在「重要他人」、「設施環境」、「休閒資訊」、「個人責任」、「外在阻礙」休閒阻礙因素上高於女生。軍校學生在整體休閒參與所感受的阻礙是「外在阻礙」大於「內在阻礙」，本研究與李連宗(2004)大專男、女生休閒阻礙有顯著差異，男生在「社會角色」、「重要他人」、「勝任感」、「刺激感」、「內在阻礙」等休閒阻礙因素大於女生；女生則在「社會網路」、「設施環境」、「休閒資訊」、「個人責任」、「外在資源」、「外在阻礙」休閒阻礙因素上高於男生，結果不相同。根據王金蓮(2002)專校學生休閒活動參與研究結果，學生的休閒阻礙依序為：時間不夠、沒有同伴、費用太高、交通不便；而 Romsa & Hoffman (1980) 發現參與者的阻礙因素主要是技巧不好、沒時間、沒金錢及沒興趣；Jackson & Henderson (1995) 發現在性別參

與休閒活動障礙因素上有差異，其阻礙因素為沒同伴、不知參與地點、不知道活動技巧、缺乏訊息、沒有體力等 與本研究之「收費太高」、「設備使用或購買不方便」、「沒有專業人員指導」、「不知道何時有舉辦活動」、「有其他要事要做」、「不知道去哪裡可以學習」等休閒阻礙因素相符合。

表四 不同性別在休閒阻礙之 t 考驗分析摘要表

項 目	性 別	平均數	標準差	t 值	p 值
社會角色	男	710	8.44	-0.44	.623
	女	38	8.66		
重要他人	男	710	8.70	.46	.739
	女	38	8.47		
勝 任 感	男	710	8.63	-0.37	.491
	女	38	8.82		
刺 激 感	男	710	8.61	-0.82	.832
	女	38	9.03		
內在阻礙	男	710	34.39	-0.31	.493
	女	38	34.97		
設施環境	男	710	17.87	1.30	.238
	女	38	16.71		
休閒資訊	男	710	9.13	.34	.543
	女	38	8.97		
個人責任	男	710	11.97	.29	.446
	女	38	11.79		
外在資源	男	710	9.07	-0.39	.901
	女	38	9.26		
社會網路	男	710	11.99	-1.06	.417
	女	38	12.66		
外在阻礙	男	710	60.03	.23	.402
	女	38	59.40		

*p<.05

五、不同個人背景變項在休閒滿意之差異性考驗

從表五分析的結果發現：男生與女生在各休閒滿意因素上在「心理」(t=3.190, p<.05)、「教育」(t=3.398, p<.05)、「社會」(t=3.468, p<.05)、「放鬆」(t=2.445, p<.05)、「生理」(t=2.431, p<.05)、「審美」(t=2.348, p<.05) 方面有顯著差異存在，從平均數比較男生在休閒滿意各因素上高於女生。顯示男生在休閒活動感受的滿意度比女生較能獲得滿足。本研究結果男生在休閒活動比女生獲得滿意度較高，與謝清秀(2004)的研究在大專網球選手女性心理、放鬆高於男性的結果不相同。李連宗(2004)、謝明材(2000)的發現不同性別在教育、社交、生理有明顯差異與本研究接近。

表五 不同性別在休閒滿意之 t 考驗分析摘要表

項 目	性 別	平均數	標準差	t 值	p 值
心 理	男 710	15.28	2.88	3.190*	.001
	女 38	13.74	3.20		
教 育	男 710	11.55	2.16	3.398*	.001
	女 38	10.32	2.49		
社 會	男 710	19.18	3.47	3.468*	.001
	女 38	17.16	4.00		
放 鬆	男 710	15.60	2.81	2.445*	.019
	女 38	14.13	3.65		
生 理	男 710	15.33	2.81	2.431*	.015
	女 38	14.18	3.13		
審 美	男 710	15.25	2.88	2.348*	.024
	女 38	13.90	3.49		

*p<.05

六、不同休閒態度程度對休閒動機、阻礙、滿意度差異性分析

本研究主要將休閒態度量表得分以高、中、低（前 27%、中 46%、後 27%）分三組的學生來探討其對休閒動機、休閒阻礙及休閒滿意度各因素的差異情況。

（一）不同休閒態度程度在休閒動機之多變項變異數分析

不同休閒態度程度在休閒動機之多變項變異數資料分析結果發現：不同休閒態度程度在休閒動機四個層面方面有顯著差異（Wilk's $\Lambda = .446^{***}$ ），此種差異係由智力、社交、勝任和刺激等四個依變項所造成。再從表六之單變量變異數考驗結果來看個層面的事後比較均顯示：高態度學生的動機均顯著高於中態度、低態度的學生；而中態度學生的動機顯著高於低態度的學生；從資料分析結果可知：休閒態度得分較高的學生其休閒動機愈正向。本研究與 Hsieh（1998）研究結果休閒態度在情意層面對休閒動機有顯著影響相同。

表六 不同休閒態度程度在休閒動機之單變項變異數分析摘要表

變 異 來 源	層 面 名 稱	SS	Df	MS	F	事後比較
ATTIG (組間)	智力	9016.53	2	4508.27	363.05***	3>2>1; 2>1
	社交	8274.19	2	4137.10	309.87***	3>2>1; 2>1
	勝任	9673.58	2	4836.79	387.19***	3>2>1; 2>1
	刺激	8552.96	2	4276.48	284.66***	3>2>1; 2>1
Error 誤 差	智力	9251.26	745	12.42		
	社交	9946.51	745	13.35		
	勝任	9306.69	745	12.49		
	刺激	11192.20	745	15.02		

備註：1：低態度；2：中態度；3：高態度；***p<.001

(二) 不同休閒態度程度在休閒阻礙之多變項變異數分析

由不同休閒態度程度在休閒阻礙之多變項變異數資料分析結果發現：不同休閒態度程度在休閒阻礙二個層面方面有顯著差異（Wilk's Λ = .954***），此種差異係由內在阻礙及外在阻礙等二個依變項所造成。再從表七之單變量變異數考驗結果來看，二個層面的事後比較均顯示：在內在阻礙因素上「高態度」學生的均顯著低於「中態度」、「低態度」的學生；在外在阻礙因素上「高態度」及「中態度」學生的均顯著高於「低態度」的學生；從資料分析結果可知：休閒態度得分較高的軍事畢業生在參與休閒活動時所面臨的休閒阻礙較低。

表七 不同休閒態度程度在休閒阻礙之單變項變異數分析摘要表

變異來源	層面名稱	SS	Df	MS	F	事後比較
ATTIG (組間)	內在阻礙	3876.49	2	1938.25	16.00***	1>2>3; 2>3
	外在阻礙	5442.79	2	2721.39	10.12***	1>2>3; 2>3
Error 誤差	內在阻礙	90265.20	745	121.16		
	外在阻礙	200262.21	745	268.81		

備註：1：低態度；2：中態度；3：高態度；***p<.001

(三) 不同休閒態度程度在休閒滿意度之多變項變異數分析

不同休閒態度程度在休閒滿意度之多變項變異數資料分析結果發現：不同休閒態度程度在休閒滿意度六個層面方面有顯著差異（Wilk's Λ = .545***），此種差異係由心理、教育、社會、放鬆、生理和美感等六個依變項所造成。再從表八之單變量變異數考驗結果來看，六個層面的事後比較均顯示：高態度學生的滿意度均顯著高於中態度、低態度的學生；而中態度學生的滿意度顯著高於低態度的學生；從資料分析結果可知：休閒態度高的學生其休閒滿意度愈正向。本研究與 Hsieh（1998）研究結果發現休閒態度在情一方面對休閒滿意度因素有顯著正面影響；Beard&Ragheb(1980)針對休閒參與、休閒滿意和休閒態度三者的關係所作的研究結果顯示：休閒態度與休閒滿意成正相關，休閒態度愈正向者，對自己休閒滿意度也較高，與本研究相符合。Kao（1992）整合各項休閒行為理論，建立了休閒滿意模式，就休閒模式理論認為個人參與休閒活動的過程中，獲得休閒滿意愈高時，他未來參與的傾向也愈高，個人過去參與頻率傾向也愈高；個人參與態度愈強，他未來參與的傾向也愈高，本研究與 Kao 的休閒滿意模式理論趨向一致。

表八 不同休閒態度程度在休閒滿意度之單變項變異數分析摘要表

變異來源	層面名稱	SS	Df	MS	F	事後比較
ATTIG (組間)	心理	2310.05	2	1155.03	213.06***	3>2>1; 2>1
	教育	1251.01	2	625.50	200.36***	3>2>1; 2>1
	社會	3339.90	2	1669.95	2009.35***	3>2>1; 2>1
	放鬆	2514.76	2	1257.38	257.79***	3>2>1; 2>1
	生理	2125.35	2	1062.67	203.93***	3>2>1; 2>1
	美感	2053.15	2	1026.58	176.13***	3>2>1; 2>1
Error 誤差	心理	4038.67	745	5.42		
	教育	2325.77	745	3.12		
	社會	5942.76	745	7.98		
	放鬆	3633.71	745	4.88		
	生理	3882.10	745	5.21		
	美感	4342.20	745	5.83		

備註：1：低態度；2：中態度；3：高態度；***p<.001

七、休閒態度、休閒動機對休閒滿意度多元逐步迴歸分析

本研究以休閒態度三個因素構面「休閒認知」、「休閒情意」、「休閒行為」及休閒動機四因素構面「智力性」、「社交性」、「勝任熟練」、「刺激逃避」做為預測變項 (predictor)，而以「滿意度」變項，做為效標變項，並以多元逐步迴歸分析檢定七個預測變項對效標變項的影響。統計結果由表九分析發現休閒滿意度對休閒動機及休閒態度相關係數達顯著水準，顯示休閒滿意度愈高則在智力性、社交性、勝任熟練、刺激逃避、情感、認知、行為等因素愈正向。由表十分析發現：七個自變項對於預測效標休閒滿意時，進入迴歸方程式有顯著的變項 (p<.001)，共四個因素：「勝任-熟練」、「情意」、「認知」、「刺激逃避」能達到顯著的水準。表示迴歸效果具有統計上的意義，Hair, Anderson, Tatham, and Black (1995) 指出，變異數膨脹因素 (VIF) 若超過 10，即表示有嚴重共線性的問題，本研究中 VIF 介於 7.10 至 3.57 之間，表示共線問題緩和，因此在進行參數估計時不致於有偏誤情形產生。軍事院校畢業學生參與休閒活動時休閒態度、休閒動機在滿意度的預測其決定係數 R^2 為 .599，七個預測變項預測效標變項時，進入迴歸方程式的顯著變項共四個多元相關係數為 .774，其聯合預測休閒滿意 59.9% 的變異量，其解釋量達 59.9%。就個別變項的解釋量來看，以「勝任-熟練」層面的預測力最佳，其解釋量為 53.0%，其餘依次為「情意」、「認知」、「刺激逃避」等層面。

表九 預測變項與效標變項的相關距陣 (N=748)

	Y	X1	X2	X3	X4	X5	X6	X7
Y	1.000							
X1	.69*	1.000						
X2	.67*	.82*	1.000					
X3	.73*	.83*	.85*	1.000				
X4	.68*	.79*	.77*	.84*	1.000			
X5	.69*	.75*	.69*	.72*	.66*	1.000		
X6	.70*	.76*	.70*	.74*	.68*	.92*	1.000	
X7	.67*	.71*	.70*	.73*	.69*	.82*	.87*	1.000

*p<.05

註：Y：休閒滿意度、X1：智力性、X2：社交性、X3：勝任熟練、X4：刺激逃避、X5：情感、X6：認知、X7：行為。

預測標準化迴歸方程式為：休閒滿意度 = .337×勝任 + .191×情意 + .147×刺激 + .175×認知。

表十 休閒態度、動機預測滿意度之多元逐步迴歸摘要表

選出的變項 順	多元相關 係數	決定增加解釋量 R ² Δ	R	F 值	標準分數 迴歸係數	t 值	VIF
勝任	.728	.530	.530	841.435	.337	7.027***	4.276
情感	.767	.588	.058	531.821	.191	3.207***	6.555
刺激	.771	.595	.007	364.347	.147	3.346***	3.573
認知	.774	.599	.004	277.849	.175	2.833***	7.095

依變項：休閒滿意***p<.001

肆、結論與建議

一、結論

(一) 休閒態度分析

軍事院校畢業生休閒態度依序為休閒情意、休閒認知、休閒行為；男、女在休閒態度有顯著差異，男生「休閒認知」、「休閒情意」、「休閒行為」等休閒態度因素均大於女生。軍校畢業生休閒態度較偏重休閒情意，其原因可能是軍校畢業生歷經高中職及大學四年的教育學程，已不必為升學輔導忙碌，經常可以參加各類型的休閒活動，各項休閒活動已融入軍校生活中重要的一環，因此，比較重視休閒情意。

(二) 休閒動機分析

軍校畢業生期望藉由參與休閒活動來滿足之休閒動機最高依序為：「勝任-熟練」、「刺激-逃避」、「社交性」、「智力性」。男生與女生在「刺激-逃避」、「社交性」、「智力性」等休閒動機因素有顯著差異，顯示男生在參與休閒活動

之需求大於女生。可見軍事校院畢業學生對休閒動機感受最滿意為勝任-熟練與刺激-逃避。

(三) 休閒阻礙分析

男生與女生在各休閒阻礙因素上並無差異，在結構上「外在阻礙」大於「內在阻礙」。從平均數比較，女生在「社會角色」、「勝任感」、「刺激感」、「內在阻礙」、「外在資源」、「社會網路」、等休閒阻礙因素大於男生；男生則在「重要他人」、「設施環境」、「休閒資訊」、「個人責任」、「外在阻礙」休閒阻礙因素上高於女生。

外在阻礙是屬個體休閒能力、休閒知能方面，學校是教育的機構，應廣為開拓休閒教育課程，加強培養他們自我認知、休閒認知、休閒態度、休閒決定、休閒技能、透過教師在休閒活動中的影響力將休閒教育融入學校課程（楊宗文，2004）。在休閒阻礙因素上男、女之間是有明顯差異，在結構上「外在阻礙」大於「內在阻礙」。

(四) 休閒滿意分析

休閒滿意度各層面達顯著差異，從平均數比較男生在休閒滿意各因素上高於女生。顯示男生在休閒活動感受的滿意度比女生較能獲得滿足。休閒滿意度依序為：放鬆、教育、生理、社會、心理、審美。與嚴智淵（2002）、李連宗（2004）研究結果在休閒滿意度因素最低為審美層面相符合。

(五) 不同休閒態度程度對休閒動機、阻礙、滿意度差異性分析

軍校畢業生其休閒態度愈正向則休閒動機及休閒滿意度愈高，休閒態度愈正向則休閒阻礙愈低。

(六) 休閒態度、休閒動機對休閒滿意度的預測分析

本研究結果發現，軍校畢業學生參與休閒所獲得的休閒滿意度傾向，共計有四項因素具有預測及解釋力的變項。本研究中滿意度之預測變項，其中以「勝任-熟練」、「休閒情意」層面的預測力最佳，其次是「休閒認知」、「刺激逃避」，顯示休閒態度、休閒動機愈高，則軍校畢業學生參與休閒活動的滿意度愈高。

二、建議

(一) 軍校畢業生在感受參與休閒活動的阻礙上為外在網路、個人責任、社會網路、休閒資訊等因素，其因子大部份是在休閒遊樂場所方面，例如收費太高、設備使用或購買不方便、沒有指導員、不知何時舉辦，因此建議公民營遊憩場所之各項休閒設施品質應尋求改善，加強解說員的素質，以提昇學生再參與的意願，例如產品創新、良好的服務品質以及改善遊憩設施、定期檢查，降低價格、

加強媒體傳播等問題。至於天氣不適合、有其他更重要的事情要做、太忙沒有時間參與、認識的人沒錢、沒同伴等是屬個人內在阻礙因素，因此建議學校能廣設休閒教育課程，讓學生有足夠的休閒知能與技巧，同時諮商者透過休閒阻礙協商方式，使學生能開始或繼續參與休閒活動。

(二) 本研究並未深入探討休閒態度、休閒動機、休閒阻礙、休閒滿意度之典型相關研究；因此，建議後續研究者可以針對不同個人變項對態度、動機、阻礙、滿意度是否有交互作用及驗證分析，針對上述議題作更具體之實證研究。

參考文獻

- 方進隆、卓俊辰、錢紀明、黃永任（1999）。台灣區大專院校學生體適能常模研究。中華民國體育學會，台北市。
- 王金蓮（2002）：專校學生休閒活動參與狀況之相關研究。輔仁大學體育校刊，1期。
- 李連宗（2004）：大專生參與休閒活動休閒動機、阻礙及滿意因素之相關研究。2004 國際研討會論文集，56-67 頁，國立體育學院。
- 林美玲（2000）：有氧舞蹈運動參與行為之研究—休閒滿意模式之驗證與應用。國立體育學院研究所碩士論文。
- 沈易利（1999）：台灣省民休閒運動參與動機與阻礙因素之研究。國立台灣體育學院學報，第四期。台中。
- 李素馨（1997）：都市女性休閒類型和休閒阻礙。戶外遊憩研究，**10** 卷 1 期，43—68 頁。
- 吳明隆（2000）：SPSS 統計應用實務。台北市：松崗。
- 林東泰（1992）：休閒教育與其宣導策略之研究。台北：師大書苑有限公司。
- 邱皓政（2002）：量化研究與統計分析。台北市：五南。
- 林建勳（2002）：高俊雄（1996）休閒概念面面觀。國立體育學院論叢，**6** 卷 1 期，69-78
- 高俊雄（1999）台灣地區居民休閒參與之研究 - 自由時間的觀點。台北：桂魯
- 涂淑芳譯（1996）：休閒與人類行為。台北：桂冠圖書。
- 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同何之關係研究。國立高雄師範大學輔導研究碩士論文。
- 黃立賢（1996）：專科學生休閒興趣相關因素之研究。國立高雄師範大學輔導研究碩士論文。
- 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。國立新竹師範學院國民教育研究所碩士論文。未出版，新竹。
- 楊宗文（2004）培養活力青少年白皮書。教育部。
- 陳美玲（1997）從成人發展觀點探討嘉義區成人休閒態度休閒參與及其相關因素。國立中正大學成人劇敘教育研究所碩士論文。未出版，嘉義。
- 陳德海（1996）：南亞專科學校學生休閒活動阻礙原因之研究。台灣體育，87，52-58。
- 陳艷麗（2003）：台南縣市大專教師休閒參與型態休閒活動參與項目滿意度之研究。國立體育學院研究所碩士論文。

- 謝明材 (2000)：高中體育班休閒活動之研究。中國文化大學運動教練研究所碩士論文。未出版，台北。
- 謝清秀 (2003) 大專網球選手休閒動機、休閒阻礙與休閒需求之調查研究。國立體育學院研究所碩士論文。未出版，桃園。
- 賴家馨 (2002)：休閒阻礙量表之編製—以台北市大學生為例。國立體育學院研究所碩士論文。
- 鄭順聰 (2001)：大學生生活型態、休閒動機與休閒參與之相關研究。國立體育學院研究所碩士論文。
- 鐘瓊珠 (1997)：大專運動員休閒行為之研究—以國立台灣體專專長學生為例。國立體育學院研究所碩士論文。
- Boothby, J; Tungatt, M. F; & Townsend, A . R .(1981). Ceasing participation in Sports activity: reported reasons and their implications. *Journal of Leisure Research*, 13, 1-14
- Beard,J.G.& Ragheb, M.G(1980).Measuring leisure satisfaction. *Journal of Leisure Research*, 17,106-113.
- Beard,J.G.& Ragheb, M.G(1983).Measuring leisure motivation. *Journal of Leisure Research*, 12(1),20-33.
- Dattilo, J. & Murphy, W.D(1991).*Leisure Education Program Planning: A Systematic Approach*. State College, PA.: Venture.
- Francken, D. A. & Van Raajj, W. F.(1981).Satisfaction with leisure time activities *Journal of Leisure Research*, 13, 337-352.
- Hair, J. F., Anderson, R. E., Tatham, R. L.,& Black. W. C.(1998).Multivariate data analysis (5th ed).Upper Saddle River, NJ: Prentice-Hall.
- Hsieh, C. M.(1998).*Leisure attitudes, motivation, participation, and satisfaction: Test of a model of leisure behavior*. Unpublshed doctoral dissertation , Indiana University, Bloomington. IN.
- Iso-Ahola , S.E;& Allen, J.R.(1982).The dynamics of leisure motiation: The effect of outcome on leisure needs. *Research Quarterly for Exercise and Sport*, 53 , 141-149.
- James Murphy(1974)*Concepts of Leisure: Philosophical Implications* Englewood Cliffs, NJ: Prentice-Hall.
- Joffre Dumazedie(1967)*Toward a Society of Leisure*. New York: Free Press, PP.16-17.
- Kao, J.C.(1996).The current trends of leisure participation in Taiwan: *Syntheses from*

台灣區軍事院校畢業生休閒參與之休閒態度、休閒動機、休閒阻礙及休閒滿意度之相關研究

national surveys of time utilization. Paper presented at the meeting of the recreation, sport, culture & tourism for the 21 century, Hong Kong Baptist University, Hong Kong.

Molitor, G.(1999).The next thousand years: The “big five” engines of economic growth. In G. T. Kurian & G.T. T. Molitor (Eds.)*The 21st century*. New York:

Simon & Schuster Macmillan. Mull, R.F., Bayless, K.G., Ross, C.M.& Jamieson, L.M.(1997).*Recreational Sport Management*. (3th ed).Human Kinetics.

Ragheb, M.G.,(1980). Interrelationships among leisure participation leisure satisfaction and leisure attitudes. *Journal of Leisure Research*, 12(2),138-149.

Romsa, G. & Hoffman, W.(1980). An application of nonparticipation data in recreation: testing the opportunity theory, *Journal Research*, 12(4),321-328.

(投稿日期：96 年 7 月 24 日；採用日期：96 年 11 月 21 日)