

南華大學社會科學院國際事務與企業學系亞太研究碩士班

碩士論文

Master Program in Asia-Pacific Studies

Department of International Affairs and Business

College of Social Sciences

Nanhua University

Master Thesis

國小學童人格特質、休閒參與及休閒滿意關係之研究  
—以新北市新莊區某國小高年級為例

A Study on the Relationship among Personality Traits, Leisure  
Participation and Leisure Satisfaction of Elementary School  
Students--Take the Senior Grade of a Primary School in  
Xinzhuang District, New Taipei City as an Example

李冀鳳

Chi-Feng Lee

指導教授：張子揚 博士

Advisor: Tzu-Yang Chang, Ph.D.

中華民國 108 年 6 月

June 2019

# 南華大學

國際事務與企業學系亞太研究碩士班

## 碩士學位論文

國小學童人格特質、休閒參與及休閒滿意關係之研究

-以新北市新莊區某國小高年級為例

A Study on the Relationship among Personality Traits, Leisure Participation and Leisure Satisfaction of Elementary School Students--Take the Senior Grade of a Primary School in Xinzhuang District, New Taipei City as an Example

研究生：李北晏

經考試合格特此證明

口試委員：\_\_\_\_\_

胡聲平

李鳳琳

張子揚

指導教授：張子揚

系主任(所長)：鍾志明

口試日期：中華民國 108 年 5 月 16 日

## 摘 要

本研究在探討國小人格特質、休閒參與、休閒滿意的相關情形，以新北市新莊區某國小高年級普通班學生為研究對象，共取得男、女樣本數為627，進行問卷調查。

本研究旨在瞭解新北市新莊區國小學童的休閒參與情形，研究採問卷調查法，以SPSS統計軟體進行分析，除描述統計外，並進行獨立樣本t檢定、單因子變異數分析、積差相關、多元回歸進行推論，結論如下：

- 一、新北市新莊區某國小高年級學童知覺人格特質以「友誼性」最高，「神經質性」表現相對較低。
- 二、新北市新莊區某國小高年級學童知覺休閒參與程度僅「偶爾做」程度，以「社交類」參與度最高，「遊憩技藝」參與度最低，且「打電玩或滑手機等 3C 產品」參與度最高，為「較常做」的程度。
- 三、新北市新莊區某國小高年級學童知覺休閒滿意程度是「同意」程度，以「放鬆方面」同意程度最高，「美感方面」同意程度較低。
- 四、不同背景變項之國小學童在休閒參與的知覺程度會因學童性別、父親學歷、母親學歷而有差異。
- 五、不同背景變項之國小學童在休閒滿意的知覺程度會因學童父親學歷、母親學歷而有差異。
- 六、新北市新莊區某國小高年級學童人格特質與休閒參與，具有顯著正相關性，其中「外向性」與「知識類」、「遊憩技藝類」呈現負相關。
- 七、新北市新莊區某國小高年級學童人格特質與休閒滿意，具有顯著正相關性，其中「神經質」除與「美感方面」未達顯著外，和其他各構面都呈現負相關。
- 八、新北市新莊區某國小高年級學童休閒參與與休閒滿意，具有顯著正相關性。

九、學童人格特質對休閒參與有預測性，個構面與整體休閒參與的解釋力為8.5%~16.7%之間。

關鍵詞：人格特質、休閒參與、休閒滿意



## Abstract

In this study, the personality traits, leisure participation and leisure satisfaction of elementary school students were investigated. A total of 627 male and female students were selected from a general class of elementary school students in Xinzhuang District of New Taipei City, and questionnaires were conducted.

The purpose of this study is to understand the leisure participation of elementary school children in Xinzhuang District of New Taipei City. Questionnaire survey method is used to analyze the situation with SPSS statistical software. Besides descriptive statistics, independent sample t test, one-way ANOVA, product-difference correlation and multiple regression are used to deduce the results. The conclusions are as follows:

1. The perceptual personality traits of primary school children in Xinzhuang District of New Taipei City are "friendliness" the highest, and "neuroticism" the performance is relatively low.
2. In Xinzhuang District of New Taipei City, children's perception of leisure participation is only "occasional", with "social" participation being the highest, and "recreational skills" participation being the lowest, and "3C products such as video games or mobile phones" participation being the highest, which is "more often done".
3. Primary school children in Xinzhuang District of New Taipei City have the highest degree of "consent" to perceived leisure, with the highest degree of "relaxation" and the lowest degree of "aesthetic" consent.
4. The perception of leisure participation of elementary school children from different backgrounds varies according to their gender, father's educational background and mother's educational background.
5. The perception of leisure satisfaction of elementary school children from different backgrounds varies according to their father's and mother's educational background.

6. There is a significant positive correlation between personality traits and leisure participation of primary school children in Xinzhuang District of New Taipei City, in which "extroversion" is negatively correlated with "knowledge-based entertainment" and "recreational skills".
7. There is a significant positive correlation between personality traits and leisure satisfaction of elementary school children in Xinzhuang District of New Taipei City, among which "neuroticism" is negatively correlated with other aspects except "aesthetic perception".
8. There is a significant positive correlation between leisure participation and leisure satisfaction of elementary school children in Xinzhuang District of New Taipei City.
9. School children's personality traits predicted leisure participation. The explanatory power of individual dimensions and overall leisure participation ranged from 8.5% to 16.7%.

keywords: Personality Traits, Leisure Participation , Leisure Satisfaction

# 目 錄

摘 要.....	I
<b>ABSTRACT .....</b>	<b>III</b>
目 錄.....	V
圖目錄.....	IX
表目錄.....	XI
<b>第一章 緒論.....</b>	<b>1</b>
第一節 研究背景與動機.....	2
第二節 研究目的與問題.....	4
第三節 名詞解釋.....	6
第四節 研究方法與步驟.....	7
第五節 研究範圍與限制.....	12
<b>第二章 文獻探討.....</b>	<b>15</b>
第一節 人格特質的定義與理論基礎.....	15
第二節 休閒參與的定義與理論基礎.....	21
第三節 休閒滿意的定義與理論基礎.....	27
第四節 休閒參與、休閒滿意的相關研究.....	33

<b>第三章 研究設計與實施</b> .....	<b>37</b>
第一節 研究架構.....	37
第二節 研究對象.....	39
第三節 研究工具.....	42
第四節 實施程序.....	55
第五節 資料處理.....	57
<b>第四章 研究結果分析與討論</b> .....	<b>61</b>
第一節 新北市新莊區某國民小學高年級學童人格特質、休閒參與、休閒滿意現況分析.....	61
第二節 新北市新莊區某國小高年級學童休閒參與之差異分析.....	80
第三節 新北市新莊區某國小高年級學童休閒滿意之差異分析.....	88
第四節 國小學童人格特質、休閒參與、休閒滿意之相關分析.....	97
第五節 國小學童人格特質、休閒參與之回歸分析.....	106
第六節 綜合討論.....	111
<b>第五章 結論與建議</b> .....	<b>115</b>
第一節 結論.....	115
第二節 建議.....	122
<b>參考文獻</b> .....	<b>127</b>



壹、中文部分 .....	127
貳、英文部分 .....	132
附 錄 .....	135



# 圖目錄

圖 1-1	研究流程圖.....	11
圖 3-1	研究架構圖.....	37
圖 3-2	研究統計方法圖.....	59



# 表目錄

表 2-1 國內學者人格特質定義彙總 .....	16
表 2-2 五大人格特質 .....	20
表 3-1 新北市新莊區普通班高年級人數統計表.....	41
表 3-2 裕民國小樣本分配表.....	42
表 3-3 人格特質量表各構面之題目分布表 .....	44
表 3-4 預試樣本人數分配表.....	44
表 3-5 人格特質預試量表各因素之信度分析表.....	45
表 3-6 人格特質量表因素分析(建構效度)表.....	45
表 3-7 休閒參與量表項目分析表 .....	48
表 3-8 休閒參與量表信度分析表 .....	49
表 3-9 休閒參與量表因素分析(建構效度)表.....	50
表 3-10 休閒滿意量表各構面之題目分布表.....	52
表 3-11 休閒滿意度量表項目分析表 .....	53
表 3-12 休閒滿意預試量表各因素之信度分析表.....	54
表 3-13 國民小學教童人格特質與休閒參與、休閒滿意關係調查研究問 卷.....	55
表 4-1 新北市新莊區國民小學學童人格特質問卷得分情形摘要 (N=627) .....	62

表 4-2	「聰明開放性」構面各題項其平均數與標準差一覽表 (N=627)	63
表 4-3	「神經質性」構面各題項其平均數與標準差一覽表 (N=627)	64
表 4-4	「外向性」構面各題項其平均數與標準差一覽表 (N=627)	65
表 4-5	「友誼性」構面各題項其平均數與標準差一覽表 (N=627)	66
表 4-6	「嚴謹性」構面各題項其平均數與標準差一覽表 (N=627)	67
表 4-7	新北市新莊區國民小學學童休閒參與問卷得分情形摘要 (N=627)	68
表 4-8	「知識類」構面各題項其平均數與標準差一覽表 (N=627)	69
表 4-9	「體育類」構面各題項其平均數與標準差一覽表 (N=627)	70
表 4-10	「遊憩技藝類」構面各題項其平均數與標準差一覽表 (N=627)	71

表 4-11 「社交類」構面各題項其平均數與標準差一覽表 (N=627) .....	72
表 4-12 新北市新莊區國民小學學童休閒滿意問卷得分情形摘要 (N=627) .....	73
表 4-13 「心理方面」構面各題項其平均數與標準差一覽表 (N=627) .....	74
表 4-14 「教育方面」構面各題項其平均數與標準差一覽表 (N=627) .....	75
表 4-15 「社會方面」構面各題項其平均數與標準差一覽表 (N=627) .....	76
表 4-16 「放鬆方面」構面各題項其平均數與標準差一覽表 (N=627) .....	77
表 4-17 「生理方面」構面各題項其平均數與標準差一覽表 (N=627) .....	77
表 4-18 「美感方面」構面各題項其平均數與標準差一覽表 (N=627) .....	78
表 4-19 不同性別學童在休閒參與構面之 T 檢定摘要表 (N=627)	81
表 4-20 不同年齡學童在休閒參與構面之 T 檢定摘要表 (N=627) .....	82

表 4-21 不同父親學歷之學童在休閒參與構面之分析摘要表 (N=627) .....	83
表 4-22 不同母親學歷之學童在休閒參與構面之分析摘要表 (N=627) .....	84
表 4-23 家長學歷之學童在休閒參與構面之比較表 (N=627) .....	86
表 4-24 不同背景變項之新北市新莊區某國小高年級學童休閒參與差異分析總表 .....	87
表 4-25 不同性別學童在休閒滿意構面之 T 檢定摘要表 (N=627)	89
表 4-26 不同年級學童在休閒滿意構面之 T 檢定摘要表 (N=627) .....	90
表 4-27 不同父親學歷之學童在休閒滿意構面之分析摘要表 (N=627) .....	91
表 4-28 不同母親學歷之學童在休閒滿意構面之分析摘要表 (N=627) .....	93
表 4-29 家長學歷之學童在休閒參與構面之比較表 (N=627) ....	95
表 4-30 不同背景變項之新北市新莊區某國小高年級學童休閒滿意差異分析總表 .....	96
表 4-31 新北市新莊區國民小學童人格特質與休閒參與之相關摘要 (N=627) .....	98

表 4-32	學童人格特質與休閒參與相關情形彙整表 (N=627) .....	100
表 4-33	新北市新莊區國民小學學童人格特質與休閒滿意與之相關摘要 (N=627) .....	101
表 4-34	新北市新莊區某國小高年級學童人格特質與休閒滿意與之相 關彙整表 (N=627) .....	102
表 4-35	新北市新莊區某國小高年級學童休閒參與與休閒滿意之相關 摘要 (N=627) .....	103
表 4-36	新北市新莊區某國小高年級學童休閒參與與休閒滿意之相關 摘要 (N=627) .....	105
表 4-37	人格特質對休閒參與「知識類」的迴歸分析摘要表 (N=627) .....	106
表 4-38	人格特質對休閒參與「體育類」的迴歸分析摘要表 (N=627) .....	107
表 4-39	人格特質對休閒參與「遊憩技藝類」的迴歸分析摘要表(N=627) .....	108
表 4-40	人格特質對休閒參與「社交類」的迴歸分析摘要表 (N=627) .....	109
表 4-41	人格特質對整體休閒參與的迴歸分析摘要表 (N=627) ...	110

# 第一章 緒論

隨著科技及網路發展的不斷日新月異，網路成癮問題隨著網路的普及也隨之發展，造成的影響也越來越大，越來越深遠，輕者影響個人生活作息，重者影響個人生活健康品質及工作，甚至於因個人行為造成其他人的生命安全威脅。

網路成癮症（internet addiction disorder），也作不當網路使用（problematic Internet use）或病態網路使用（pathological Internet use），簡稱網癮或IAD，泛指對於網際網路的過度使用，以致影響日常生活（維基百科，2018）。

成癮者經常出現注意力不集中、不使用網路就感到焦慮、模仿網路上的不正確行為或是吸收不正確的知識。世界衛生組織（WHO）已經將「電玩成癮」（gaming disorder）加入「精神疾病」當中，而其中的症狀包括「無節制沉溺於網路遊戲」、「將電玩放於其他生活興趣或愛好之前」和「即使有負面效果也持續遊玩」等。這個問題已隨著科技發展，不知不覺的入侵我們的生活中。因此如何了解與正確使用，及如何分配在我們的休閒活動當中，是當今休閒教育的重要課題。

而在各項休閒研究中，人格特質可以說是非常重要的變項，舉凡各種休閒態度、休閒利益、休閒阻礙、休閒參與、休閒滿意等等，都受到不同的人格特質影響。再加上自從國家實施周休二日以來，空閒時間增多帶來休閒需求的增加，以及追求更好的生活品質下，都顯示休閒在生活中的重要性，即使個人經濟能力的改善與國家高度提升競爭力的同時，都不能忽視休閒的重要性。

另外從社會新聞中不斷地報導毒品的氾濫、酒駕導致的家庭悲劇、青少年逞兇鬥狠製造出的社會事件，皆因偏差的休閒態度及休閒能力的缺乏，導致在空餘時間增多下，不知如何從事正確的休閒行為，也不知如何提升自我休閒能力。因此本研究準備從人格特質的角度，了解休閒參與與休閒滿意的影響，發掘相關問題進而提出建議，希望對國人的生活品質有所助益。

謝智謀（2005）研究指出，小時候常接觸大自然的人，長大之後的抗壓性比



較好，因為在自然環境當中，人與環境自然會達到融合與適應，而且他們也比較容易觀察周遭環境和適應環境，也知道如何釋放壓力，身心與自然和諧的融合。因此本研究特別以國小學童玩研究對象，旨在探討國小學童人格特質與休閒參與之間的關係，希望透過正確的休閒認知、態度與行為能向下扎根，從小培養良好休閒行為，長大後自然有良好的休閒習慣，對個人、家庭、社會乃至於國家都有助益。茲將研究背景與動機分述如下。

## 第一節 研究背景與動機

### 壹、研究背景

休閒教育係指提供休閒活動知識，培養休閒活動意願、興趣及增進休閒活動技能的教育活動。其內容包括指導善用自由時間的方法，培養有關休閒活動之知能，及啟迪愛護休閒設施及資源的觀念（國家教育研究院，2018）。

自民國八十七年二月一日起，全國國民小學配合政府政策實施隔週休二日，部分學童突然面臨增多的自由時間，卻沒有能力妥善安排，更不知選擇何種休閒活動，而感到無所事事（趙信賓，1999）。然而值得擔憂的是，休閒時代的來臨，意味著休閒時間的增加，但是否因此而擁有休閒所帶來的正面價值？更何況九十年起，全國全面實施週休二日，各級學校也將配合實施，更加深休閒在生活上所扮演的角色。

隨著工商社會的高速發展及資訊時代的來臨，人類生活方式產生重大的改變，生活步調趨於緊張忙碌。個人為了獲得美滿的生活，必須全心投入工作已提高生活品質，然而同時也造成工作與休閒無法兼顧（吳文銘，2001）。因而在高壓的工作環境中出現「過勞」現象，因過勞而讓優秀人才降低生產力、失能、提早離開職場、甚至過勞死，都會造成社會與國家的損失，特別在無天然資源的台灣，人才是寶貴的重要資產，讓台灣彈丸之地及區區二千三百萬人口，在全世界

的資訊產業擁有舉足輕重的地位。

政府為保障這重要資產-人才，實施各種政策保障勞工權益，最近通過立法實施的「一例一休」，就是透過立法強制勞工不可超時工作，需要強制放假休息，並確實力用放假時間做適當的休閒，增加生產力、工作效率、以及國家競爭力。因此休閒於是乎成為調劑工作與生活的一個重要的角色（梁愛玲，1995）。

我國已邁向週休二日，自由時間增長而國人休閒素養卻普遍低落（余嬪，1997），休閒教育急待改善。如何將休閒教育融入教學之中，以發揮休閒的功能，改善社會問題。

## 貳、研究動機

休閒態度與品質攸關國家競爭力，更是發展國家、成熟社會的生活指標之一，其相關因素之探討更值得我們重視，研究者就以下幾點說明研究本主題之動機：

一、兒童是國家未來的主人翁，國家的寶貴資產，更是國家競爭力的來源，在天然資源貧乏的台灣，人力資源是最重要的資產，政府也一向的非常重視教育，每年投入教育資源也非常積極，使得台灣科技產業在世界上佔有一席的地位，每年為台灣賺進可觀的外匯，是國家不可或缺的安定因素。

一位優秀的人才不但可改變一家公司，更能改變國家命運，甚至改變全世界，蘋果公司創辦人賈伯斯除了翻轉公司負債且瀕臨破產的命運，也改變全世界的命運，甚至成為富可敵國的創新公司，但卻不幸因過勞而英年早逝。因此過勞問題一直以來是在這高度競爭的產業中揮之不去的夢魘，一例一休的實施也就是在這樣的背景下應運而生，但光有空餘時間也很難提升生活品質，成為高度競爭張力環境下的推手，良好的休閒認知與態度不可或缺，更應自年少時期就應積極培養的休閒能力與態度。

二、台灣是資訊產業與高科技產業發達的國家，在全球高科技發展中也取得耀眼

的成績，更為地球村下一代革命產業，AI 人工智慧、工業 4.0、5G 等產業，不可或缺的供應鏈大國。然而在這高度競爭的高科技產業中，早已被世界各個先進國家視為國家發展的命脈，紛紛成立國家隊，舉全國之力扶植國內資訊產業，正所謂的國力即經濟力。唯有不斷的創新與創造力，才能不被淘汰與邊緣化，激烈與殘酷的競爭已是無可避免的事實。而休閒參與是一個國家人民生活品質的重要指標。近年台灣經濟的蓬勃發展，人民生活富足，樂居斯土，富暇之餘，休閒意識逐漸興起，對生命的健康與品質更為重視。

三、青少年階段，由於個人生理、心理和心智的發展呈現變化，因此產生了許多困擾與疑惑而破壞了原有的均衡生活，正是我們熟知的叛逆期，此時期無聊感相當高，血氣方剛，感官刺激需求非常高。而且青少年犯罪率、蹺課、逃家、自殺、飆車、吸毒、抽煙、沉迷於賭博性電玩、以及其他種種"不適應行為"經常背社會所關注，許多人也開始關心青少年的生活品質。黃立賢（1996）在研究中發現，青少年的酗酒、吸毒、飆車及破壞性行為（VANDALISM），與休閒的情境有顯著相關。而從近幾年發生的青少年問題中。有許多犯罪事件出自於「休閒脫軌」，例如飆車事件、賭博性電動玩具、吸毒，常常是因為青少年不知如何安排合適及有益自己的休閒活動，而步入歧途無法自拔。我們常說兒童是國家未來的主人翁，在此時期若能培養正確的休閒態度與行為，進入青春期的後，不容易被同儕及環境因素影響，因此在天然資源欠缺的台灣，最需要競爭力的是人才培養，相信做好休閒教育必能提高國家競爭力，並且厚植國力。

## 第二節 研究目的與問題

在了解人格特質和休閒參與的背景與研究動機後，本研究根據研究背景與動機，提出欲探討的研究目的與待答問題，詳述如下：

## 壹、研究目的

本研究之研究目的為期望透過研究，瞭解新北市新莊區國民小學學童人格特質和休閒參與之間的關係，並探討不同背景變項之下，國小學童人格特質和休閒參與之差異情形，具體內容如下：

- 一、探討新北市新莊區某國小高年級學童人格特質現況。
- 二、探討新北市新莊區某國小高年級學童休閒參與現況。
- 三、探討新北市新莊區某國小高年級學童休閒滿意現況。
- 四、比較不同背景變項的國小學童休閒參與及休閒滿意的差異情形。
- 五、瞭解國小學童人格特質和休閒參與、休閒滿意的關係。
- 六、探討國小學童人格特質對休閒參與的預測力。

## 貳、待答問題

根據上述研究的動機與目的，本研究待答問題如下：

- 一、新北市新莊區某國小高年級學童人格特質為何？
- 二、新北市新莊區某國小高年級學童休閒參與為何？
- 三、新北市新莊區某國小高年級學童休閒滿意為何？
- 四、不同背景變項學童休閒參與差異情形為何？
- 五、不同背景變項學童休閒滿意差異情形為何？
- 六、新北市新莊區某國小高年級學童人格特質與休閒參與的關係為何？
- 七、新北市新莊區某國小高年級學童人格特質與休閒滿意的關係為何？
- 八、新北市新莊區某國小高年級學童休閒參與與休閒滿意的關係為何？
- 九、新北市新莊區某國小高年級學童人格特質對休閒參與的預測關係為何？

## 第三節 名詞解釋

根據本研究之研究主題與目的，茲將本研究之所列名詞「國小學童」、「人格特質」、「休閒參與」、「休閒滿意」概念型定義轉成操作型定義，其解釋如下：

### 壹、國小學童

本研究所指的國小學童為就讀於新北市新莊區公私立國民小學之普通班學生。

### 貳、人格特質

人格特質是指在統計特性上的連續變數，無法明確劃分為二，只能從某一群體中測量得知的，本研究是郭惠玲（2009）依照近幾年來人格心理學家所普遍採用的五大人格特質（five factor model，簡稱FFM），所編製之「人格特質量表」，作為測量學童人格特質的依據，並經過一連串的施測與統計考驗。再次確認研究工具的可行性，可以適用於新北市新莊區國民小學學童。其內容分為五個構面，包含(一)聰明開放性、(二)神經質、(三)外向性、(四)友誼性、(五)嚴謹性。其得分高低採Likert五點量表，依序為我總是（5分）、我通常（4分）、我有時（3分）、我很少（3分）、我從不（1分），得分愈高，代表愈有該類型取向，反之則愈少。

### 參、休閒參與

依據學者的文獻將休閒參與定義為：參與某種活動的頻率或象徵個體所參與之一般的休閒活動類型。因此本研究將休閒參與行為（休閒活動種類）與休閒參與程度（參與頻率與），重新編製成國小學童休閒參與量表，以問卷調查方式得知休閒參與行為、種類，並依統計方法將其歸類為四大類。

並在量表上測量國小學童知覺休閒參與程度（參與頻率與），量表除分成知識類、體育類、遊憩技藝類、社交類等四個分量表。問卷的計分採Likert Scale方式的五點量表，來測量新北市新莊區國民小學高年級學童，對各種休閒活動的

參與情形，休閒參與量表分為「常常做」、「較常做」、「偶爾做」、「很少做」、及「沒做過」等五種反應。而計分則分別為「常常做」得5分、「較常做」得4分、「偶爾做」得4分、「很少做」得2分、及「沒做過」得1分。如受試者填答得高分者，表示其參與該項的休閒活動頻率較高，反之則較低。

## 肆、休閒滿意

休閒滿意度是指透過測量休閒活動參與而知覺個體透過需求的滿意程度。本研究是根據Beard & Ragheb (1980) 所編「休閒滿意量表」(leisure satisfaction scale, 簡稱為 LSS) 中所得之分數來表示。雖然原量表具有不錯的信度與效度，但原先施測的對象為成人，不一定適用於本研究之對象，而且也有語言及文化上的差異，因此也必須經過一連串的施測與統計考驗。再次確認研究工具的可行性，可以適用於新北市新莊區國民小學學童。本量表含24題，計有「心理方面」、「教育方面」、「社會方面」、「放鬆方面」、「生理方面」、「美感方面」六個分量表，採用 Likert 五點量表作答，按其同意程度情形從「非常同意」、「同意」、「沒意見」、「不同意」、「非常不同意」，分別給予 5、4、3、2、1 的分數。將各題分數累加後，可得六個分量表分數及一個總量表分數，個體在此量表的分數愈高表示其在各量表及整體休閒滿意的程度愈高。

## 第四節 研究方法與步驟

本研究旨在瞭解新北市新莊區國民小學學童人格特質和休閒參與、休閒滿意之間關係之實際狀況，並分析不同背景變項對學童人格特質和休閒參與、休閒滿意關係之差異情形。研究方法依研究架構編制問卷調查表，實施調查後以獲得相關研究資料，最後作本研究之立論基礎，茲將研究方法與步驟與研究進度說明如下：

## 壹、研究方法

本研究運用問卷調查法來得知目前新北市新莊區國民小學學童人格特質和休閒參與、休閒滿意之間的關係，藉由文獻資料蒐集，來進行分析與探討；並與過去研究互為比較其之異同，來建構本研究之理論基礎。

## 貳、研究步驟

依據本研究目的與研究方法，研究者擬定研究步驟與實施要項，共分三階段，三階段分別為準備階段、執行階段、完成階段，準備階段步驟從確定研究主題、蒐集相關文獻、編寫研究計畫、編制研究工具，執行階段實施正式問卷、回收資料建檔、進行統計分析，完成階段以撰寫分析結果、提出結論建議、完成論文審查等三步驟，詳述如下：

### 一、準備階段

#### (一)確定研究主題

首先蒐集並閱讀有關學校組織文化與教師專業社群相關文獻資料，確定研究方向後，擬定初步的研究架構，並在與指導教授討論後，確定研究主題、研究方法及研究對象，最後將研究主題訂為「新北市新莊區國民小學學童人格特質和休閒參與、休閒滿意關係之研究」，並開始擬定研究計畫。

#### (二)蒐集相關文獻

研究主題確定後，針對教育期刊、國內外博碩士相關論文等資料，開始進行文獻蒐集與分析，並依研究之內容提出出待答問題，擬出主要研究架構，並歸納整理相關研究變項之構面，作為本研究理論依據之參考。

#### (三)編寫研究計畫

根據本研究主題，並探討國內外專家學者之研究結果，透過文獻分析與歸納比較，找出本研究之理論基礎，再透過整理與分析，建構本研究之架構，並開始編寫本研究之計畫。

#### (四)編製研究工具

擬定研究架構後，綜合理論分析與蒐集得來的文獻資料，先經由編制預試問卷，項目分析及因素分析後，編制成研究工具。研究問卷除涵蓋基本資料之外，根據文獻探討分為三部分，一為人格特質；二為休閒參與；三為休閒滿意調查問卷。再與指導教授討論後修正，完成問卷。

### 二、執行階段

#### (一)實施正式問卷

本研究以新北市新莊區裕民國民小學五、六年級全部學童為研究對象，將編制好的問卷上傳至電腦，經家長同意學童填答問卷後，於電腦課時間實施問卷填答，期使問卷回收率達到水準。

#### (二)回收資料建檔

將問卷填答的資料彙整後，檢視其內容，在剔除無效問卷後，依資料屬性分門別類轉換成編碼。並將結果登錄於電腦建檔，以利後續分析。

#### (三)進行統計分析

將正式問卷回收後檢視，剔除無效問卷並將有效問卷編碼，以套裝統計軟體SPSS進行統計運算，再運用統計方法分析問卷資料，以利研究結果之撰寫。

### 三、完成階段

#### (一)撰寫分析結果

按照統計結果進行分析、歸納與探討，並依本研究待答問題與文獻探討所獲致之結論，加以綜合比較、驗證、解釋，真實呈現研究的事實與真相，最後做成研究結論並提供建議。

#### (二)提出結論建議

由統計分析結果，歸納出主要發現與結論，對照本研究待答問題所得出之結果，並將研究過程中所發現之問題，撰寫成具體建議，提供學校行政主管機關及



國民小學學校參考，以及未來研究之參照。

### (三)完成論文審查

綜合整理各章節後，申請論文口試。經指導教授同意及學校安排，敦請論文審查委員及指導教授進行審查與口試。再依照審查委員及指導教授之意見進行內容修正，再次送請指導教授確認，並校對與印製，完成研究論文。

本研究透過文獻閱讀，確定研究題目與範圍，進行文獻蒐集與探討比較，再建立本研究架構並進行研究設計，經由專家審查問卷、修正問卷內容、進行問卷調查、回收及資料分析，獲得研究發現，並根據研究發現提出結論及建議。茲將研究流程圖如下圖1-1說明之。



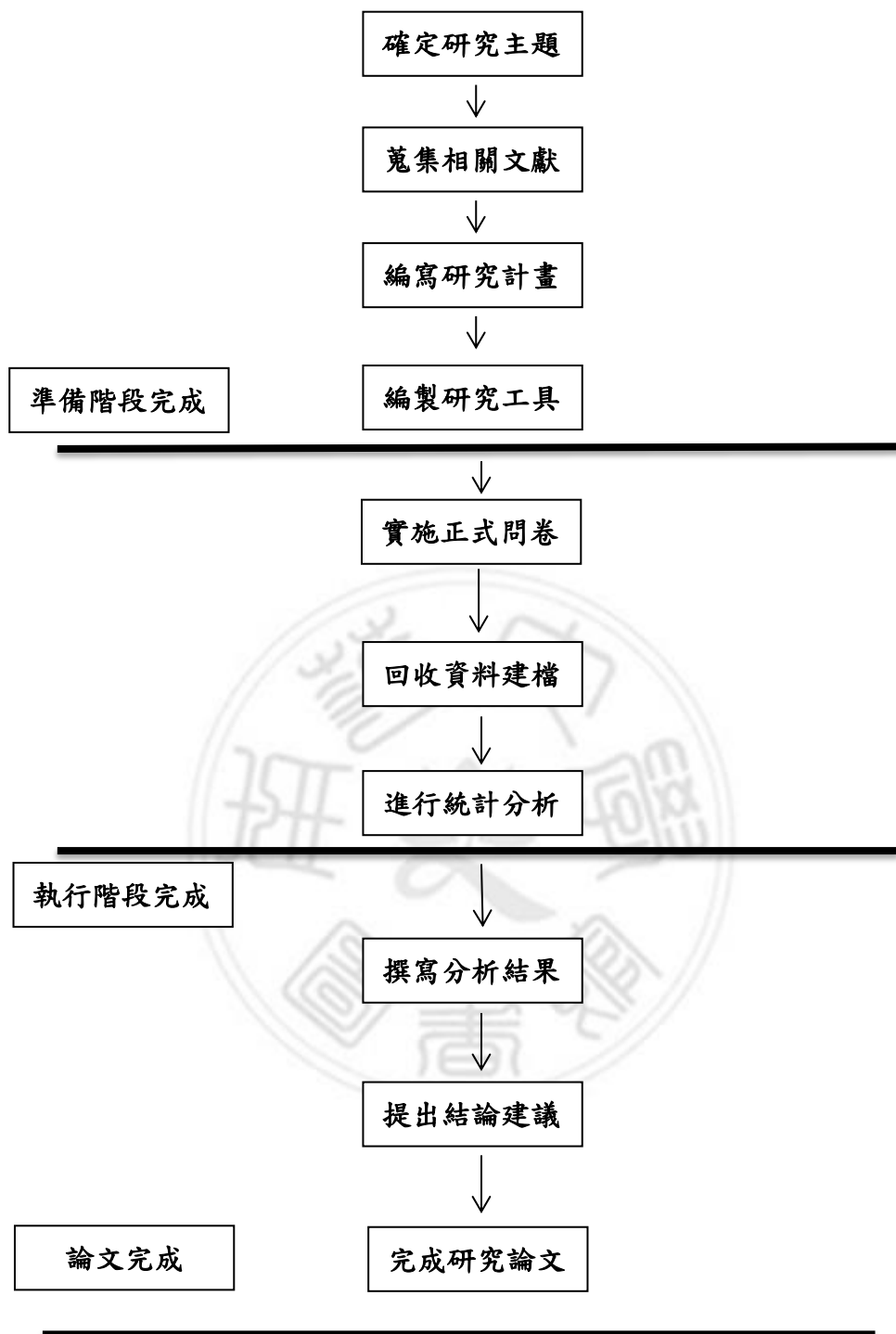


圖 1-1 研究流程圖

資料來源：研究者自行整理。

## 第五節 研究範圍與限制

本研究是以新北市新莊區裕民國民小學學童進行人格特質和休閒參與、休閒滿意之間的關係研究，首先界定研究範圍，讓研究能聚焦且具可行性，以求研究結果正確；接著列出其研究限制，避免研究結果之引用與推論受到不恰當之誤導。以下將本研究涉及研究範圍與限制說明如下：

### 壹、研究範圍

#### 一、研究方法

本研究採用問卷調查法進行資料蒐集，並依據文獻探討結果，參考其他相關學者問卷，彙編成「新北市新莊區裕民國民小學學童人格特質和休閒參與、休閒滿意關係之研究調查問卷」為調查工具。

#### 二、研究對象

本研究是以 107 學年度新北市新莊區裕民國民小學五、六年級在籍普通班學生為研究對象，再根據此樣本推論新北市新莊區某國小高年級學童，其人格特質與休閒現況，並且了解國民小學學童人格特質和休閒參與、休閒滿意的認知感受程度，再分析其關係。

#### 三、研究內容

研究欲探討的重點為國民小學學童人格特質和休閒參與、休閒滿意之情形，並探討不同背景變項下之國民小學學童，在人格特質和休閒參與、休閒滿意的差異。本研究用於瞭解在不同背景變項下，國民小學學童人格特質和休閒參與、休閒滿意的相關程度，並了解學童人格特質和休閒參與、休閒滿意影響為何。

## 貳、研究限制

本研究所欲探討的重點為新北市區新莊區國民小學學童人格特質和休閒參與、休閒滿意之情形，受限於時間、人力、範圍等客觀因素，對研究結果進行解釋與推論仍有未周延之處。本研究的限制情形如下：

### 一、研究樣本的限制

本研究對象只針對 107 學年度新北市新莊區某國民小學學童，研究推論的範圍頂多限於新北市新莊區。由於學校地區性與規模差異之故，研究未納入其他區域公立及私立小學為研究對象，因此本研究之研究結果無法類推至此範圍以外之學校。

### 二、研究方法的限制

本研究主要以問卷調查方式蒐集資料，分析研究新北市區新莊區國民小學學童人格特質和休閒參與、休閒滿意之現況。僅以量化調查方法與相關研究法瞭解國小學童知覺程度為何，因此會受限於受試者填寫問卷時，其主觀認知、感受、防衛心理、填答歷程感受等因素，造成理解問卷題目的偏差，導致統計分析結果未能忠實反應其結果，降低問卷的效度。

### 三、研究工具的限制

本研究工具針對研究目的與待答問題，經由相關文獻分析及參考其相關問卷，綜合歸納編製而成。但是學術界對人格特質和休閒參與、休閒滿意有不同觀點與看法，因此只能儘量涵蓋可能範圍。同時為了避免調查問卷內容過多，而影響填答者的填答意願，因此僅採用較具代表性的題目，問卷經專家學者修正後，再與指導教授討論之後建構而成。

本研究工具為自陳式量表，對於各個變項的測量，是藉由受試者的知覺反應所完成的；受試者在填答時，難免會受到當時情境、主觀感受、情緒等等因素的

影響，與實際狀況可能有所差異，對於問卷题目的解釋也有差異性，因此研究結果會有測量誤差的情形存在。



## 第二章 文獻探討

本章將蒐集人格特質、休閒參與、休閒滿意的相關文獻進行探討，並依據研究目的與待答問題，探討國小學童人格特質、休閒參與、休閒滿意之間的關係。全章共分三節，第一節探討人格特質的意義與理論基礎；歸納人格特質的相關構面。第二節探討休閒參與的意涵與理論基礎；瞭解休閒參與的定義。第三節探討休閒滿意的意涵與理論基礎；瞭解休閒滿意的定義，進行後設分析，讓論文厚實其研究價值，以下就各節分以敘之。

### 第一節 人格特質的定義與理論基礎

本研究主要在探討人格特質、休閒參與、休閒滿意之相互影響關係，而人格特質在休閒參與及休閒滿意的研究上，是一個非常重要的研究變相，此節將進行逐一的文獻探討，以充分瞭解其理論基礎，以期為量表設計及研究的實證研討依據。

#### 壹、人格特質的定義

人格特質的學說與理論可說是相當早，而各派流的學者學說也相當多，因人格特質影響個人的行為、態度、情感等等，都相當大及深遠，所以在各個研究領域及研究變項當中，人格特質經常被視為一個重要的研究變項，研究範圍也相當廣泛。本研究也認為此變項在休閒參與及休閒滿意上，有重要的影響與關係。

盧盛忠（1997）提出『影響人格的主要因素有：(1)自然的遺傳、(2)社會化的因素、(3)環境影響因素、(4) 社會實踐。由此可知，人格是一個體有別於他人思想與行為的持久特性，此特性不只是一種具有特定成分的組織結構，且會隨環境不同而產生不同反應的動態特性（林能白、丘宏昌，1999）。

詹益統（1996）指出，人格一詞來自於拉丁語 *Persona*，其原指舞台上戲

子所戴的面具，以它作為個人身份的代表；另意指個人真正的自我，包括一個人內在動機、情緒、習慣、思想以及價值觀，是個人過去、現在和未來的總和，也是個人所特有行為方式和表現，更是個人自我概念的延伸。

人格乃個人在對人已、對事物等方面適應於其行為上所顯示的獨特個性。人格特質簡言之就是一種心理現象，一般而言，人有表現於外的，給人印象的特點，也有外部未顯露，而深藏於自己心中。所以人格就是一種穩定而異於他人的特質的模式，給人行為以一定的傾向性，它代表了一個由內而外，包括身心在內的真實個人。另外，人格的形成是一連串心理構面成長與發展的累積，由於具有持續性及穩定性，並且因人格的不同而造成個體差異，因此人格的存在可以作為區辨個人差異的標準。人格既然是預測個人不同行為表現之特徵，不同的人格類型便會產生不同的個人行為（張進輔、馮維，2002）。

池進通、李鴻文、陳芬儀（2008）認為，不同的人格特質對工作績效會不同的影響，人格特質不同所需要的工作性質也不同。但到目前為止仍然各家眾說紛紜，並沒有一個各家共同接受的定義。以下表 2-2.1 為各派學者針對人格特質定義的主張整理：

表 2-1 國內學者人格特質定義彙總

學者	年代	人格特質之定義
吳秉恩	1986	在組織行為的領域中，亦擴及社會或人際技能之內涵，甚或組織中他人對某人的觀感。
張春興	1997	人格是個人在對己、對人、對環境事物適應時，於行為上所顯示的獨特性格，此種獨特性格，係在遺傳與環境等因素交互作用下，由逐漸發展的心理特質所構成。
盧盛忠	1997	是一組相對穩定的特徵，它決定了特定的個人在各種不同的情境下的行為表現。
林欽榮	2010	是個人行為最重要的部份，是個人心理要素的綜合體。

資料來源：研究者自行整理。

綜合上述可對人格作一定義：人格是個人得以異於他人的一種持續且特殊的特質，是一個人給予別人的印象和影響。他能預測一個人的行為。這種特有的行為模式，是由個人在其遺傳、成熟、環境與學習等因素交互作用下而形成。房冠寶（2000）在其論文裡將人格的定義歸納出以下幾點：

### 一、人格是由「行為」來定義

人格係由個人對環境適應所顯現的行為來定義，故在從事人格研究時，必須設計情境以引發個人對人、對己及對事物的反應，藉以由此觀察其人格（張春興，1997）。

### 二、人格係由多種特徵所構成

人格並非單指一種特徵而是由多種特徵所構成，這些特徵統稱為心理特徵或人格特質（張春興 1997）。

### 三、人格具有相當的統合性與持久性

構成人格的各種人格特質具有相當的統合性與持久性，其影響所及，將決定個人適應環境的行為模式及思考方式，雖然可能會因個人年齡或所處情境不同而有所改變，但改變也是輕微、漸進的（張春興 1997）。

## 貳、人格特質分類

### 一、內/外控人格特質

有關內/外控取向的研究相當多，內/外控取向是一種概似化或一般化的期望，也就是個體對他行為與行為後果的強化之間的信念。張秀霞（2006）將個體對事件結果的知覺分為內控與外控取向。內/外控兩者僅是程度上的差別，並無絕對的二分法。內控者相信命運掌握在自己的手中，因此內控者比較自動、自主、積極；外控者則相信命運是受外力所控制，因此外控者比較依賴、聽天命、消極。



Hammer & Vardi (1981) 認為內控者在強調自我管理型的組織中會比外控者更積極主動、更有活力達到工作目標，以及獲得想要的工作。Spector (1988) 表示內控者比較有信心，在複雜的環境中，會比較容易收集資訊，因此表現會比外控者好。此外，內控者也比較喜歡參與式的管理，對於自己的工作會提出比較多的回饋。至於外控者，會比內控者順從，且比較會接受組織的領導（牟素雲，2002）。

## 二、A/B 型人格 (TYPE A & TYPE B PERSONALITY)

Friedman & Roseman (1974) 的研究中發現，A 型的人缺乏耐性，總是希望在最短的時間內爬升到成就的最頂峰，屬於目標及成就導向。這類的人是典型的工作狂，希望在一段時間內能達到更多的目標，也相信自己在下一次工作時應該可以做得更好，造成野心越來越大。這類的人常忽略休息與放鬆，把工作放在第一位，因此常常加班，面對事情時，容易激動、脾氣不好，在現今的社會中就約有 60% 的人屬於 A 型人格特質的人。B 型的人與 A 型剛好相反，個性上比較溫和，不會重視眼前的成就，因此較無野心，也較不會發生與壓力相關的疾病。張秀霞 (2006)

## 三、五大人格特質

姚裕錡 (2006) 指出五大人格特質是由 Norman (1963) 以 Allport (1936) 所提之人格特質向度為依據，對密西根大學 (University of Michigan) 之學生作進一步抽樣及修正分析後，提出五個人格特質要素。而 Costa & McCrae (1992) 則將此五個人格特質要素發揚光大，他們以 Norman (1963) 的五因素理論為基礎架構，再進行研究，結果彙整出五個穩定的人格向度，此即為 Goldberg (1990) 所稱的“Big Five”。其主要的內容為：神經質 (neuroticism)、外向性 (extraversion)、聰明開放性 (openness to experience)、友誼性 (agreeableness) 及嚴謹性 (conscientiousness)。各人格向度之要義說明如後：

### (一)聰明開放性 (openness to experience)

意指一個人興趣之多寡及深度。若一個人興趣越多樣化，其相對深度較淺，則其聰明開放性較高。其主要特徵有開闊心胸、富於想像力、好奇心、原創力、喜歡思考及求新求變 (房美玉, 2002)。這種人行動力也高，喜歡新鮮感和多樣化，隨時間過去，喜好也會轉變 (許雅婷, 2002)。聰明開放性高工作者較富創造力，常常能有創新想法產生，喜歡思考求新求變，注重內心的感覺，感情體驗較深。

### (二)神經質 (neuroticism)

指能激起一個人負面情感之刺激強度，當一個人所能接受之刺激越少，則其情緒敏感度越高。其特徵為易焦躁、易沮喪、過分擔心、缺乏安全態，較不能妥善控制自己的脾氣 (房美玉, 2002)。神經質的人比其他個體經驗傾向負向生活態度。此類型的人對別人的嘲笑很敏感，有自卑傾向，若團體中有這種人存在，會讓大家覺得不舒服，比起其他人，這種人比較不能承壓力，每一次有壓力就會覺得孤單、無助、恐慌 (許雅婷, 2002)。

### (三)外向性 (extraversion)

指一個人對於與他人間關係感到舒適之程度，若一個對和他人間之舒適的關係越高，則表示其越外向。其主要特徵有自信、主動、很活躍、喜歡表現、喜歡交朋友、受參與熱鬧場合、活潑外向 (房美玉, 2002)。

### (四)友誼性 (agreeableness)

意指一個人對於規範的遵循程度，對規範之遵循程越高，則其宜人性程度越高，其特徵為有禮貌、令人信賴、待人友善、容易相處 (房美玉, 2002)。此類的人比較容易和別人建立友誼關係，相信人都是善良、意圖良好的。

### (五)嚴謹性 (conscientiousness)

意指對追求目標之專心與集中程度，若一個人越專心致力於所追求的目標

上，則嚴謹性程度越高。其特徵有努力工作、成就導向、不屈不撓、負責專紀律、循規蹈矩、謹慎有責任感（房美玉，2002）。

表 2-2 五大人格特質

五大人格特質	次構面
聰明開放性 (openness to experience)	獨立、創造力、人際機伶、集中思考、洞察力
神經質 (neuroticism)	情緒控制、負面情感、樂觀、自信、壓力、容忍力
外向性 (extraversion)	適應力、競爭力、成就需求、成長需求、活力、影響力、主動性、風險承擔、社交性、領導力
友誼性 (agreeableness)	體貼、同理心、互依性、心慮敏捷、信任
嚴謹性 (conscientiousness)	注意細節、盡忠職守、責任感、專注工作

資料來源：研究者自行整理。

五大人格特質理論已經經過多國語言之驗證，證明其足以有效衡量個别人格特質之差異，故本研究同意五大人格特質之觀點，將人格特質之衡量標準，區分為五個構面，分別為聰明開放性、神經質、外向性、友誼性及嚴謹性。

## 參、小結

人格是一個人生理、心理品質的獨特動態組織，影響其對事物及社會環境的行為和反應。在這些品質中，有一些是個人所特有的，另一些則是和少數人、許多人、或所有的人共有的。而人格特質在分類方法上非常多，各種分類法都有其社會背景及學者特殊的觀點，本研究針對各學者理論及定義，整理出人格特質的定義及內涵，並依據研究者之判斷，選擇五大人格特質作為本研究變項，並將在後續的研究量表，重新檢驗其信效度，作為研究工具。

## 第二節 休閒參與的定義與理論基礎

休閒參與通常是指參與活動的種類與參與活動的頻率二種概念，就參與活動而言，指的是非上課時間的活動，而且這活動是可以自由選擇參與或不參與的。然而國小學童因年齡關係，其自由時間在下課後從事的活動，可能還需家長來安排，因此學童自由選擇性雖不高，但家長在規劃時除學業及才藝性質較具主導性之外，休閒性質較明顯的活動仍會參酌學童的意願，而且學童在此時的意願也通常較容易受同儕及環境氛圍因素所影響，但是這些因素都可視為學童的一種學習方式與機會，因此仍具有學術研究及探討的價值。

### 壹、休閒參與的意義

休閒參與的意義通常是指參與活動的種類，與參與活動的頻率而言，而所參與的活動是指非工作性質的活動，且這活動是可以自由選擇參與或不參與。通常這些活動是發生在個人的空閒時間，不是義務性質的選擇或參與。而休閒項目的選擇可以跟活動有關或無關的運動，或是戶外活動等等。

Kelly (1990) 曾廣泛定義休閒為：在自由選擇性活動前提下從事休閒活動。Ragheb & Beard (1982) 指出休閒活動參與係指個體所參與之休閒活動類型或參與某種休閒活動的頻率。

Ragheb & Griffith (1982) 將休閒參與定義為：參與某種活動的頻率或象徵個體所參與之一般的休閒活動類型。

從時間的觀點而言，Brightbill (1986) 指出「不論我們如何定義休閒，時間是休閒的要素。」西方社會學家常以空閒的時間或可支配的時間來定義休閒。主張休閒是上班工作與維持生活以外的時間，它提供機會讓個體去從事某種程度自主的或自願選擇的活動。因此，休閒可說是滿足生活以及維持生活之外，可以自由運用的時間。換句話說，就是除了生活、工作所需，所剩餘的時間；也就是把時間分成工作時間、基本生活時間（例如吃飯、睡覺等）和空閒時間三個時段（張

文禎，2002)。

若從活動的內容來界定：「休閒是除了工作、上課、家庭義務以外的活動，而人們依自己的意願選擇從事某些休閒活動，目的是為了放鬆、休息，或個人的創造力。」其將人類活動區分為四大類：有酬勞的工作、作家事、社會責任性活動、自我實現的活動。而他認為只有第四類的活動才能定義為休閒，而作家事因含有義務責任，故只能稱為「半休閒 (Semi-leisure)」。

1994年加拿大國民健康調查 (Canadian National Population Health Survey, 簡稱NPHS) 以全家12歲以上的人為研究對象，以自我報告的方式收集全國各州，從事身心健康的休閒活動項目與種類 (吳文銘，2001)

NPHS是以20項活動(例如競走、園藝工作、游泳、自行車等)的頻率，為期3個月時間，參與的頻率依照五點量表的方式從，「不曾參與」「很少參與」「不常參與」「經常參與」「很常參與」給與計分，並且依照加權計分方式分別給予0、20、40、60、80、100分。

高俊雄 (1999) 再定義休閒參與型態時認為：一個人在一天所必須使用的時間及義務時間之外，所能支配的自由時間，從事參與活動的情形。

高俊雄 (1999) 認為衡量個體的休閒參與的方法包含：

一、時間運用法 (TIME UTILIZATION OR TIME BUDGET)，將一個人一天中分成數個時間單位，再紀錄所從事的活動。

二、參與頻次法 (LEISURE ACTIVITY PARTICIPATION FREQUENCY)，將一個人在某一段時期參與某一種活動的頻率，以數字或描述差異 (經常參與、偶而參與……) 等方式表達。

陳南琦 (2000) 亦將休閒參與研究分為兩類：

一、以參與活動頻率的多寡來探討，運用因素分析 (FACTOR ANALYSIS)、叢集分析 (CLUSTER ANALYSIS) 等統計方式將活動項目歸類。

二、以時間運用探討參與活動時所花費的時間及在什麼時間參與活動。

曹天瑞（2002）指出構成正確休閒態度的三大要素為認知、情感及型行為，而認知則是養成良好休閒態度的基礎，認知不足必定無法發展出良好的情感，更不懂得如何規劃正當的休閒生活。

Mundy（1998）認為休閒認知包含休閒的定義、覺察自由、內在動機、自我選擇、自我負責、休閒經驗，休閒與個人生活、生活型態、生活品質、時間的關係和休閒效益等（曾清芬，2008）。

謝文真（2001）認為休閒認知應是一整體性的概念，係由許多不同的面向所組合而成，所以將休閒認知分為自我肯定、豐富生命、從工作中放鬆、社會認同以及隨性生活五個構面。

一、自我肯定：係指藉由休閒活動展現自己的能力，並從人際互動中達到肯定自己的目的。

二、豐富生命：係指參加休閒活動有助於增廣見聞、學習技能、了解自己與別人並讓生活更充實美好。

三、從工作中放鬆：係指不管工作多忙都會安排休閒活動，透過休閒來放鬆工作上的壓力。

四、社會認同：係指透過休閒活動有助於增加團體參與感，並藉此拓展人際關係、增進情感交流。

五、隨性生活：係指休閒使我感到自由、無拘無束。

王福生（2003）指出休閒認知是指個體對於休閒活動所持的常識與信念，包括有關休閒的一般性認識與信念、休閒的看法、休閒技能、功能及對個人的發展、友誼、放鬆及自我改善等方面的影響。

胡家欣（2000）指出休閒認知即為個體對休閒的定義以及休閒對個體的意義。

陳瑪莉（2002）指出休閒認知是個人對休閒的主觀性定義，即休閒對於個人

的意義，為個人經由知覺判斷所加以產生對於休閒觀念的解釋。

連振杰（2009）認為休閒認知即休閒對個人的意義，為個人經由知覺判斷所產生對於休閒觀念的了解。

綜合以上學者的觀點，休閒是在工作、生活之外有空閒的時間，從事令人身心放鬆、愉快的活動。以時間的觀點來說，休閒是扣除掉工作及生活必須事物之後所「剩餘」的時間。以體驗的觀點來說，休閒是一種在工作及生活必須之外所剩餘的時間內依照個人喜好所從事的活動，是自由的、自主的，可以放鬆甚至提升自我身心的一種活動。休閒認知則是屬於個人對於休閒的看法以及感受，是主觀性的，經由個人知覺判斷產生對休閒的了解。休閒參與可說是在義務時間以外，參與某種活動的頻率與型態。

## 貳、休閒的類型

一般而言休閒參與活動類型非常多、範圍也很廣，形態上也有動態、靜態和室內、戶外的分類方式。為了研究及統計上的方便，通常分為三種：一是主觀分類法；二是因素分析法（Factor Analysis）；三是多元尺度評（Multidimensional Scaling）。

### 一、主觀分類法

依照活動的性質，由研究者本身主觀的予以歸納、命名。在過去研究中大多以活動性質之分類為主，再配合研究方向作為分類依據。其優點為可以兼顧周延又互斥之原則，可依所有活動之性質、目的及個人意願做歸納，缺點為在填答上較因素分析困難（黃瓊妙，2000）。

### 二、因素分析法

將被研究者所從事或可能從事的活動項目編製成量表，測驗或訪問受訪者，再依據休閒活動彼此之相關情形，分析其因素結果。優點是可分析很多活動項目且填答容易，缺點為研究者常無法瞭解這一類型之特性為何，而造成各類型間

之關係不清楚，尤其在為各類型命名時更感困難（陳世瑜，2004）。此方法最常被研究者所使用，在休閒類型分類上是屬於比較客觀的，但仍然無法將各休閒類型的特性整合。

### 三、多元尺度評定法(MULTIDIMENSIONAL SCALING, 簡稱 MDS)

研究者將休閒活動兩兩配對，受試者憑對此兩種活動相似程度的知覺加以評定，從最相似到最不相似，並可由受訪者說明其相似處，然後分析其因素類型。以多元尺度評定法所分類的結果較簡單，一般只分為二、三個類型，因此可以清楚地了解每一類型的休閒活動的特性，且各類型之間的關係很清楚（鄭順璉，2001）。

綜合以上三種休閒參與的分類法，因素分析法和多元尺度評定法可以藉由電腦資訊整合運用，將資料作有意義、有系統的歸納分析。但是每一種分類法都有其不同的分類結果，研究中要以哪一種休閒參與活動分類法，則需視研究者的研究目的及其所要瞭解的研究問題而定。

## 參、休閒參與的相關研究

韓惠華（1997）調查高雄地區電子業女性（N=501）的休閒參與，將休閒活動類型分為六大因素類型-知識與運動型，手工型，戶外遊憩型，家庭閒逸型，藝文型，其中的80項休閒活動中以看電視（錄影帶），聽音樂，聽收音機為前三名。

黃立賢（1996）針對南部六縣市公私立專科學校（N=587）指出：專科生在  
看電視，看電影，逛街，到KTV唱歌，聽廣播參與最多。

劉佩佩（1999）以高雄市20歲(含)以上未婚女性為對象，在8種休閒活動類型中，以閒逸型，知識型，社交型參與最多。

高俊雄（1999）針對林口國宅社區居民（N=222）在自由時間最常參與的活動所做的調查，其中最頻繁的活動依次為：看報紙5.63（次/週）、看電視錄影帶



4.91 (次/週)、處理家務4.37 (次/週)、聽音樂廣播4.11 (次/週)、小睡3.46 (次/週)、閱讀雜誌3.09 (次/週)、聊天2.68 (次/週)、運動2.45 (次/週)、散步2.44 (次/週)、讀書2.36 (次/週)、休息1.78 (次/週)、逛街1.74 (次/週)。

許多的實證研究指出，隨著年齡的增長成人的休閒行為也隨之變化，包括休閒參與的強度減弱、休閒地點改變、休閒同伴的質（如男、女、老少、親疏）和量（如伙伴多寡）、休閒活動的心理也隨之而有不同（林東泰，1993）。

從整個生命週期而言，兒童期重在活動力強的、新奇的活動，青少年期會因升學意願和課業負擔而使其休閒活動受到限制，成人期會因有無婚姻、子女、本身體力及興趣而有不同的選擇，至老年期則會以健康、經濟和態度作為休閒活動選擇的考量（周海娟，2005）。

許多研究指出隨著年齡的增長，個人參與身體活動的頻率及數量會減少（韓惠華，1997；周海娟，1990；蘇瑛敏，1997）。而休閒參與與社經地位（包含教育程度、職業、收入等）也有顯著的相關（黃立賢，1996；羅明訓，1999）。儘管很多學者證實具有顯著的相關存在，但仍有些研究指出家庭社經地位並未對休閒參與產生差異的情形（呂民璿，1989；劉佩佩，1999）

顏幸雅（2013）汐止區國小教師休閒參與以娛樂型構面最高，其次依序為知識型、家庭型、社交與健身型、戶外休閒型及藝文型構面。同時發現參與「家庭型」與「知識型」休閒活動可以有效預測生活滿意度。

陳盈中（2013）透過問卷調查與深度訪談交互運用得知：新北市私立高職教師在「家庭型活動」參與的比例更 47%達到「每周1至3次」。在「知識型活動」參與的比例更 68%達到「每周 1 至 3 次」。在「嗜好型活動」參與的比例更 69%達到「每周 1 至 3 次」。在「社交型活動」則更高達 58%的受訪者是「未參加」。在「運動型活動」參與的比例更 57%達到「每周1至3次」。在「戶外遊憩型活動」參與的比例更 57%達到「每周1至3次」。

朱立夫（2010）研究性別對休閒活動各因素之差異性：女性比男性更多在平

時參與活動與人交流，也熱衷休閒活動的資訊參與。不論是在知識方面或是運動方面年長的教師比年輕的教師更來的喜愛充實自己，也更注重養身，比平常較願意花時間從事運動活動以維持身體健康。

湯美玲（2010）指出高雄縣國小教師整體的休閒活動參與屬於中等程度偏低情形（平均數  $M=2.26$ ）。休閒活動參與頻率以「消遣娛樂性」及「知識性」活動構面較高。而「體能活動性」及「技藝性」之參與頻率較低。

田育綺（2010）高雄縣國中體育教師休閒認知與休閒參與與休閒滿意度三者之間有顯著的正相關。意即高雄縣國中體育教師的休閒認知觀念越正確，休閒參與意願會越高；而休閒參與意願越高，所獲得的休閒滿意度亦會越高。

## 肆、小結

從以上學者的研究可看出，大部份的學者發現不同社經地位者，的休閒活動類型有顯著差異。然有少部份學者對於國中、高職、五專學生的研究結果顯示不同社經地位者的休閒活動差異未達顯著水準。這種不一致的結果或許與學生的年齡有關，父母社經地位對小學生的休閒活動參與可能有較大的影響力。而在性別與年齡方面也有所差異，不同的地區、職業其休閒型態也有所不同，大部分在遊憩、放鬆方面的參與度較高，在技能性學習的參與度較低。其中普遍現象是休閒活動參與程度越高，其休閒滿意度也越高。

## 第三節 休閒滿意的定義與理論基礎

### 壹、休閒滿意的意義

Schreyer、Lime & Williams（1984）指出：「休閒活動是目的導向的行為，此目的即個體的需求，透過休閒活動，將可達到需求約滿足」。高俊雄（1996）指出：「休閒生活不只是消磨時間而已，休閒生活積極的意義在促進個體生活的品質。

Beard & Ragheb (1980) 為「休閒滿意」所下的定義為：休閒滿意是個體因從事休閒活動而形成、引出或獲得的正向看法或感受。它是個人對自己目前一般休閒經驗及情境覺得滿意或滿足的程度。這種正向的滿足感來自個體自身所察覺到的，或未察覺到的需求之滿足。簡單地說，休閒滿意即個體透過休閒活動參與，而感覺自己需求獲得滿足的程度。

人們從事休閒活動的原因，發現大家常提到的需求有：感受愉快、工作後的生活調劑、結交朋友、得到生活經驗、得到成功的機會、滿足創造欲、服務社會、消磨時間。

休閒活動能滿足下列需求：調整生活步調、得到愉快與鬆弛的感覺；得到成就感與自我實現的機會。

休閒活動可滿足個體六種需求：人際關係、鬆弛身心、成就感、卓越感、消遣、增進智慧。

對於休閒滿意度的瞭解，國外已有許多學者發展測量工具，其中信、效度最高，最受肯定的是Ragheb & Beard (1982) 根據文獻探討，所編製的「休閒滿意量表」(Leisure Satisfaction Scale, LSS)。此量表經過160位專家、學者評鑑，與二次實地驗證，並以因素分析法，將休閒滿意分為六個構面。全量表共51個項目，分為六個分量表，依原編者意見，可視需要減少為24個項目。此量表減為24個項目後，信度分別為心理性=.84，教育性=.82，社交性=.80，鬆弛性=.85，生理性=.93，審美性=.83，全量表=.93。本研究使用的休閒滿意量表，即參考此量表，加以修訂為符合國內情況的量表，再經預試、項目分析後，刪除不適題目而成。

Beard & Ragheb (1982) 綜合各學者之研究，提出以下休閒滿意內容之理論基礎：

一、心理方面 (PSYCHOLOGICAL)：有許多指標形成休閒滿意的心理要素，如個體基於「內在動機」，參與他們「自由選擇」的活動，且達成其「自我實現」之需求。此外，個體從事活動以「挑戰」他們對「能力」和「才智」運用。因此，個體可獲得「成就感」，表達其「個別性」並尋求「自我表達」。

二、教育方面 (EDUCATIONAL)：由於神經系統複雜，個體在休閒當中尋求「智力刺激」；瞭解自己與周遭環境。因此需要新的體驗滿足其「好奇心」，這使個體有機會由學習新東西而使經驗更寬廣。

三、社會方面 (SOCIAL)：個體參與志願服務團體或組織以維持或發展自由選擇的「社會關係」，這有助於「社會適應」。個體有歸屬的需求，想認同團體，獲得注意與承認，這些有助於個體取得社會尊重與他人的尊敬。

四、放鬆方面 (RELAXATION)：遊戲和運動其有「恢復元氣」作用。據此理論，休閒可以得到休息，放鬆並紓解來自工作以及生活上之緊張與壓力。

五、身體方面 (PHYSIOLOGICAL)：個體參與的活動，有些具有「生理上之挑戰性」或可「恢復健康」，強化肌肉及心臟功能並「增進健康」，「防止肥胖」，並藉著「控制體重」，可增強精力。

六、美感方面 (AESTHETIC)：若個體從事休閒活動的地點經過良好規劃，且環境優美，則更令人滿意，也使得休閒體驗更為有趣、愉悅。

黃振球 (1970)：指出，兒童從事休閒活動的需求有：創作的樂趣、合群、冒險、成功感覺、生理活動、心理能力的運用、情感的滿足、美的欣賞、消遣等九項。

因此在休閒生活中體驗到喜悅與滿意是很重要的。從事休閒活動時是否感到滿足，是影響個體是否繼續從事此種休閒活動的重要原因；也是影響個體生活滿意及身心愉悅與否的關鍵因素。

## 貳、休閒滿意相關研究

許多研究皆指休閒滿意比對工作、家庭、健康或收入方面約滿意更能影響心理幸福感 (Riddick, 1986)。雖然休閒扮演如此重要的角色，然而對影響個人休閒滿意之因素尚知之不多。了解滿意來源很重要，找出休閒滿意與參與、態度之關係可協助休閒決策者及休閒從業人員提供更好的休閒服務，能有助於研究者研

究休閒行為 (Ragheb, 1980)。

Riddick (1986) 指出：有許多變項會影響休閒滿意程度，如性別、年齡、對休閒資源之了解、休閒價值觀、收入、重要他人的休閒態度，以及壓力源等。這些變項可分為三類 (Riddick, 1986)：

- 一、傾向因素 (PREDISPOSING FACTORS)：指年齡、性別、了解休閒機會、休閒價值觀，這與個人或群體之行為動機有關，因此可預測會對休閒滿意產生支持或抑制作用。
- 二、能力因素 (ENABLING FACTORS)：收入即為此一因素，這與阻礙或促進休閒參與與休閒滿意的資源有關。
- 三、增強因素 (REINFORCING FACTORS)：指會抑制或形成休閒滿意之因素，例如，壓力事件與好朋友或配偶之休閒態度會影響休閒行為，而間接影響休閒滿意。

休閒滿意一直是許多研究休閒學者所欲了解的問題，許多學者認為休閒滿意再性別方面沒有差異 (羅明訓, 1999)。也有研究指出性別會對休閒滿意產生差異 (王素敏, 1987)。

另外有關年齡對休閒滿意所造成的影響，研究結果也不一致。Gordon, Gait2, & Scott 發現年齡與休閒滿意呈顯著負相關。Manein & Orthner 亦有同樣發現。相反地，Londoneta 的研究卻指出：年齡最大者休閒滿意度最高 (Riddick, 1986)。Riddick 的研究亦發現：年齡不同，休閒滿意並未有顯著差異，而「對休閒資源的了解」與「休閒價值觀」才是影響休閒滿意約兩大因素。而國內學者游家政 (1987)、劉佩佩 (1999)、王素敏 (1987) 在其研究中亦有相同的發現。許多研究都認為休閒活動參與與社經地位變項 (如收入、教育、社會階級) 有關。假定自休閒活動中得來的滿意程度必也包括這些社經地位的影響。

劉佩佩 (1999)、王素敏 (1997) 的研究指出社經地位越高其休閒滿意的程度也越高。然而羅明訓 (1999) 以國小學生為研究對象指出：不同社經地位的兒

童的整體休閒滿意上沒有顯著不同。游家政（1987）研究台北縣市兒童休閒活動的研究結果顯示：兒童並不因家庭經濟、家長職業、地區的不同而有差異；但受家長教育程度影響而略有差異，家長教育程度較高者，休閒滿意也較高。

王美芬（1993）在單親青少年休閒狀況之調查研究中針對381名國一至國三的單親學生為研究對象，結果發現男女單親青少年在放鬆與美感等兩構面有顯著差異；不同親子關係的單親少年，在放鬆的、生理的及美感的構面休閒滿意上有顯著差異。

劉佩佩（1999）研究未婚女性之休閒生活，調查高雄市823位20歲以上有職業的未婚女性，內容包括休閒時間、休閒花費、休閒活動參與程度、休閒滿意及休閒阻礙的現況及其關係。結果發現未婚女性平均休閒滿意得分為3.35，「放鬆」方面之休閒滿意程度最高（3.75），且其休閒滿意程度會因教育程度、月收入、有無固定男友的不同而有所差異；大學、專科以上教育程度者休閒滿意高於高中、高職以下者，月收入四萬元以上者休閒滿意高於兩萬元以下者。另外，休閒滿意程度與休閒阻礙程度呈現顯著負相關；休閒活動參與程度與休閒滿意度則呈現顯著正相關。

梁坤茂（2000）進行高雄市國中教師參與休閒性社團及相關因素之研究時指出，高雄市國中教師之休閒滿意程度為中等偏高程度。其中男性的休閒滿意度高於女性，已婚者高於未婚者，收入五萬（含）元以上的教師休閒滿意程度高於收入五萬元以下者，41（含）歲以上的教師休閒滿意度得分高於40歲以下年齡層的教師。

郭盈卿（1999）對於空服員工作倦怠之相關程度進行研究，取得有效樣本為180位。結果顯示空服員之休閒滿意度高於中間值；性別、年齡層、婚姻狀況再休閒滿意度之構面上達到顯著差異，男性在心理面向之休閒滿意度上優於女性，已婚者亦在此面上感受到更多的趣味、自信心、成就感與應用技巧的能力。年齡在31歲以上的空服員在心理面向之滿意程度亦高於30歲以下，且年齡層的不

同再生理面向上的休閒滿意亦達顯著差異，31歲以上的空服員高於21-25 歲的空服員。

鄭丞坤（2001）進行國民中學學生體適能對休閒行為影響之研究；休閒滿意度及運動性休閒項目之選擇三大部份。研究以新竹市國民中學十三所國中八十九學年度註冊在籍在學學生為受試者，樣本的選取以各校學生總數按此比率隨機取樣，男、女分別為571人及560人。結果顯示休閒滿意度的各子構面得分為中等偏高，介於14.1—17.3之間，以放鬆面表現最好，社交面表現最差，且男性在心理、教育構面之休閒滿意度高於女性。

蘇睦敦（2002）以高雄地區婦女運動休閒參與者感受利益與滿意度為研究，其研究發現城市婦女運動休閒參與者在放鬆、美感因素均高於鄉鎮婦女，達顯著水準；已婚婦女運動休閒參與者在放鬆、美感因素，均高於未婚婦女，達顯著水準；職業婦女運動休閒參與者在放鬆因素，高於家庭主婦，達顯著水準。學歷愈高之婦女運動休閒參與者在放鬆、美感因素，高於學歷低者，達顯著水準；年齡愈低之婦女運動休閒參與者在放鬆因素，高於年齡愈高者，達顯著水準；家庭平均月所得高者之婦女運動休閒參與者在放鬆、生理、美感因素，高於家庭平均月所得愈低者，達顯著水準。

游淑如（2003）以彰化縣國小教師休閒需求、阻礙、滿意度研究，其研究發現擔任職務及最小子女年齡的不同之國小教師再休閒滿意上並無差異存在；而不同性別、年齡、任教年資、教育程度、婚姻狀況之國小教師，則有顯著差異存在。男性、年輕、任教年資長、教育程度較高及已婚者更能感受休閒滿意。

## 參、小結

由以上休閒滿意度相關研究文獻中推論得知休閒滿意度會因為性別、年齡層、教育程度、不同職業、家庭婚姻狀況、經濟收入的不同而有所差異。而休閒活動參與程度越高，其休閒滿意度也越高。

## 第四節 休閒參與、休閒滿意的相關研究

Ragheb (1980) 研究休閒參與、休閒滿意以及休閒態度指出，休閒參與的決定因素是休閒態度、年齡及性別。研究中利用六種因素測休閒滿意的關聯，依相關強度的次序為興趣(.650)、修養活動(.605)、體育活動(.542)、社交活動(.498)、戶外活動(.484)、及棟種媒體活動(.137)。而在休閒活動當中，休閒滿意與休閒參與的頻率之間具有相關( $r=.56$ ,  $p<.01$ )

Sneegas (1986) 研究中，老年人的知覺社會能力，對休閒參與、休閒滿意及生活滿意。發現(1)年齡與知覺社會無關。(2)知覺社會能力是休閒活動中參與程度的一個因素。(3)知覺社會能力關係到不同休閒活動是複雜的。(4)知覺社會能力影響休閒參與及休閒滿意。研究中亦指出校正後得因逕分析，休閒參與對休閒滿意的相關為 $r=.153$  ( $p<.05$ )。

Ragheb & Griffith (1982) 針對565位55歲以上的老人，研究其休閒參與對休閒滿意及生活滿意指出，(1)休閒活動參與與頻率高則生活滿意較高 ( $r=.34$ ,  $p<.001$ )。(2)休閒活動參與與頻率高則休閒滿意較高 ( $r=.53$ ,  $p<.001$ )。(3)休閒滿意度大則生活滿意也大 ( $r=.43$ ,  $p<.001$ )。(4)所有的六種構成休閒滿意要素，都確實與生活滿意相關。

Brown、Frankel & Fennell (1991) 將休閒行為以因素分析方式分為八類 (N=685)，社交活動、與家人活動、自願性活動、全家活動、固定活動、非正式活動、戶外活動、身體活動。研究發現休閒參與活動除與家人活動 ( $r=.07$ ,  $n=571$ ,  $p<.05$ )，未達統計上的顯著外，其餘種類都顯示正相關。社交活動( $r=.13$ ,  $n=554$ ,  $p<.01$ )、自願性活動 ( $r=.17$ ,  $n=487$ ,  $p<.001$ )、全家活動 ( $r=.18$ ,  $n=555$ ,  $p<.001$ )、固定活動 ( $r=.20$ ,  $n=567$ ,  $p<.001$ )、非正式活動 ( $r=.08$ ,  $n=581$ ,  $p<.001$ )、戶外活動 ( $r=.27$ ,  $n=536$ ,  $p<.001$ )、身體活動 ( $r=.11$ ,  $n=604$ ,  $p<.001$ )，顯示出休閒活動參與和休閒滿意呈現正相關，也就是休閒參與程度越高則休閒滿意度越



大。

Ragheb & Tate (1993) 以372位大學生為對象，以休閒態度、休閒動機、休閒滿意，研究休閒參與的模式。他強調對於動機、參與及滿意，態度的情感部份比認知部份更有貢獻。也證明很多學者致力於行為處境與社會觀點，研究休閒參與、態度、滿意、動機之間的相互關係。從他的研究模式中得知，休閒參與和休閒滿意具有相關 ( $r=.511$ ， $p<.05$ )。

Iso-Ahola & Weissinger (1990) 以休閒無聊感為主軸 ( $N=679$ )，探討知覺社會能力、自我娛樂能力、內在休閒動機、自尊、休閒道德、休閒滿意、休閒參與及身心健康等，對休閒無聊感的關係。研究結果發現，無聊感與休閒參與 ( $r=-.32$ ， $p<.05$ )、休閒滿意 ( $r=-.22$ ， $p<.05$ )，呈現負相關，並指出無聊感是關係休閒動機的重要因素。休閒動機對休閒參與產生作用，進而影響休閒滿意。因此無聊感在休閒參與及休閒滿意中，扮演著重要角色。

林溪川 (2013) 的研究中指出高中教師休閒需求、休閒參與可以顯著預測休閒滿意度，當中，休閒需求對休閒滿意度預測效果是正向的，而休閒參與對休閒滿意度預測效果亦是正向的。

張慧美 (1986) 以未婚女性職工為對象 ( $N=269$ )，將休閒參與分為六大類 (知識藝術性、戶外性、女性取向性、音樂性、約會性、室內消遣性)，將休閒滿意分為，社會關係自我滿足、鬆弛性滿足、心理性滿足。研究發現除室內消遣性在滿意度方面未達顯著之外，其餘都與休閒滿意具有正相關，整體而言休閒參與及休閒滿意是具有顯著的正相關 ( $r=.485$ ， $p<.001$ )

劉美紅 (2012) 指出，休閒滿意度的研究是為了更有效的探測個體在休閒情境中所體驗到的休閒品質及內涵，瞭解個體實際參與前的期待與參與後的自我滿足程度間的關係。而休閒滿意是個體維持休閒動機並持續參與的重要因素，休閒參與之滿意度程度越高，越能維持與增強個體之休閒參與，所以休閒滿意是個體藉由休閒參與獲得休閒滿足感，並從休閒參與中獲得樂趣，增進生活品質。

高俊雄（1996）也在對休閒行為分析中曾提到，休閒活動的選擇會受到休閒參與體驗的影響，而休閒參與體驗的好壞又會影響到休閒參與的效益，所以休閒參與的過程中，自我感受對休閒參與上的滿意度，都有直接的影響。因此，休閒參與愈少者對休閒的體驗也愈少，其休閒的滿意度就愈低，生活的品質也將大打折扣。

洪春昇（2012）在其研究中指出嘉義縣警察局的警察人員在休閒參與和休閒滿意度間有顯著的相關。許藝瀅（2014）其研究中指出國中生的休閒參與對休閒滿意度有正向影響。吳欣勳（2014）的研究中指出臺南市國小學童在休閒態度與休閒滿意度方面的表現皆屬中上程度，表現還算理想，而臺南市國小學童之休閒態度與休閒滿意度兩者之間則具有顯著的正相關。羅明訓（1999）研究桃園縣國小學生（N=1025）的休閒活動，並將休閒參與和休閒滿意度有顯著正相關。

柯淑文（2011）的研究中指出國小高年級學生的休閒參與和休閒滿意度有顯著正相關。蔡沂峰（2012）的研究中指出本研究之特殊學校教師的休閒參與和休閒滿意度有顯著正向影響。

吳文銘（2001）研究結果發現：休閒參與與休閒滿意度之間有典型相關存在。

## 壹、小結

綜合上述各研究結果可得知，國內外對於休閒參與和休閒滿意度之間關係的研究，不管在職業、性別、年齡等各種不同背景變項，大多數皆認為休閒參與和休閒滿意度之間是為正相關。換句話說，個人的休閒參與之程度越高，則個人的休閒滿意度就會越高。

# 第三章 研究設計與實施

本研究透過文獻探討，再進行問卷調查，主要探討國民小學學童人格特質與休閒參與、休閒滿意的關係，並了解背景變項差異情形。本章共分為五節；第一節為研究架構，說明本研究之背景變項、自變項和依變項之關係；第二節為研究工具，說明問卷編製依據、內容及編製程序；第三節為研究對象，界定本研究之研究樣本；第四節為實施程序，說明問卷發放與回收等相關資料；第五節為資料處理，採用SPSS做為資料分析。

## 第一節 研究架構

本研究根據研究動機、研究目的，並做相關文獻整理分析，提出本研究架構圖，如圖3-1 所示。

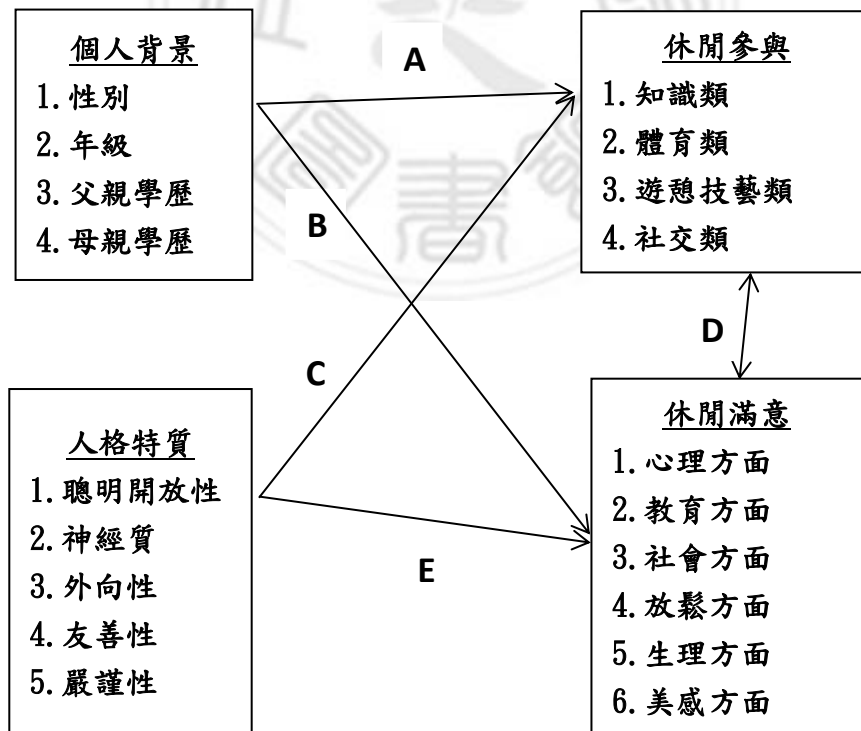


圖 3-1 研究架構圖

資料來源：研究者自行整理。

路徑 A：以不同背景變項為自變項，休閒參與為依變項，並探討不同背景變項對學童的休閒參與之差異。

路徑 B：以不同背景變項為自變項，休閒滿意為依變項，旨在探討不同背景變項對學童的休閒滿意之差異。

路徑 C：探討人格特質和休閒參與的關係。

路徑 D：探討休閒參與和休閒滿意的關係。

路徑 E：探討人格特質和休閒參與的關係及預測力。

## 壹、背景變項

為了解不同背景變項學童的想法、經驗與感覺，是否對於國民小學學童人格特質與休閒參與、休閒滿意有不同看法或影響，本研究將從下列幾個變項蒐集研究資料：

一、性別：(一)男性(二)女性。

二、年級：(一)五年級(二)六年級。

三、父親教育程度：(一)不識字(二)小學(三)國中以下(四)高中、職(五)專科(六)大學(含技術學院)(七)研究所以上。

四、母親教育程度：(一)不識字(二)小學(三)國中以下(四)高中、職(五)專科(六)大學(含技術學院)(七)研究所以上。

## 貳、人格特質

依照郭惠玲（2009）所編製之「人格特質量表」，作為測量學童人格特質的依據，並經由預試對受試樣本重新進行項目分析，及信效度的考驗。再次確認研究工具的可行性評估，而此人格特質指的是近幾年來人格心理學家所普遍採用的五大人格特質（Five Factor Model，簡稱FFM），其內容分為五個構面。包含(一)聰明開放性、(二)神經質、(三)外向性、(四)友誼性、(五)嚴謹性。其得分高低採Likert五點量表，依序為我總是（5分）、我通常（4分）、我有時（3分）、我很少

(3分)、我從不(1分)，得分愈高，代表愈有該類型取向，反之則愈少。

## 參、休閒參與

休閒參與的概念包含休閒活動的參與，以及參與休閒活動的頻率，此研究部分是由研究者依據蒐集之文獻資料參考設計，並考量新北市都會區國小學童課後休閒活動狀況後，並請教具有研究經驗的同事，共同討論並以聰明開放性問卷調查後，以及參考國內外學者對休閒活動類型之主觀分類，最後與指導教授討論後定案。量表分成知識類、體育類、遊憩技藝類、社交類等四個構面來研究。

## 肆、休閒滿意

休閒滿意度是指透過測量休閒活動參與而知覺個體透過需求的滿意程度。本研究是根據Beard & Ragheb (1980) 所編「休閒滿意量表」(Leisure Satisfaction Scale, 簡稱為LSS) 中所得之分數來表示。雖然原量表具有不錯的信度與效度，但原先施測的對象為成人，不一定適用於本研究之對象，而且也有語言及文化上的差異，

因此也必須經過一連串的施測與統計考驗。再次確認研究工具的可行性，可以適用於新北市新莊區國民小學學童。本量表含24題，計有「心理方面」、「教育方面」、「社會方面」、「放鬆方面」、「生理方面」、「美感方面」六個分量表，採用Likert五點量表作答，按其同意程度情形從「非常同意」、「同意」、「沒意見」、「不同意」、「非常不同意」，分別給予 5、4、3、2、1的分數。將各題分數累加後，可得六個分量表分數及一個總量表分數，個體在此量表的分數愈高表示其在各量表及整體休閒滿意的程度愈高。

## 第二節 研究對象

因為整個新北市的人口數接近400萬人口，以研究者一己之力量，難以對這個大城市的學生母群進行研究，所以本研究針對新北市新莊區某國民小學高年級

學童人格特質與休閒參與、休閒滿意之間的關係進行研究。

而且在小學階段，因年齡關係受家長影響較大，其休閒活動都需家長的安排與接送，雖然社會風氣改變以及家庭氛圍轉變下，當今家長仍較不願勉強孩子，並願意尊重孩子意願，但在年齡限制下其判斷能力仍顯不足。

因此本研究不考慮中、低年級學童，並以107學年度新莊區國民小學五、六年級學童為研究對象。本研究以問卷調查法進行研究，以及因應資訊時代潮流，並降低人力物力的消耗，以及提升資料彙整與統計分析的效率，採用網路問卷調查，茲分項說明如下：

## 壹、母群計算

新北市人口不但是國內最大縣市，也是人口最多的直轄市，且幅員廣闊，轄區內涵蓋山區、海邊、都會、鄉村等各種型態的生活區域。其中光一個行政分區的人口都可能是接近偏鄉縣市的總人口是，因此本研究及選定依行政分區(新莊區)作為研究母群。

新北市新莊區總人口數超過40萬人，行政區國小內普通班學童總人數為23237人（新北市政府教育局網站，2019），區內擁有公立小學16所，私立小學0所。五年級的班級數有151班，其中男生2092人、女生1812人，合計3904人。六年級部分，班級數有153班，其中男生2026人、女生1880人，合計3906人，全區五、六年級普通班人數總計共7810人。

表 3-1 新北市新莊區普通班高年級人數統計表

編號	學校	普通班五年級				普通班六年級				學校 總人數
		班級數	男生數	女生數	人數	班級數	男生數	女生數	人數	
1	昌平國小	11	167	146	313	9	131	107	238	551
2	中信國小	6	71	70	141	6	72	64	136	277
3	中港國小	12	165	139	304	10	144	130	274	578
4	丹鳳國小	11	161	137	298	11	164	141	305	603
5	光華國小	23	328	285	613	22	305	293	598	1211
6	國泰國小	2	24	23	47	2	21	20	41	88
7	思賢國小	7	101	85	186	8	102	90	192	378
8	新泰國小	8	97	105	202	10	110	131	241	443
9	新莊國小	11	153	128	281	12	153	156	309	590
10	昌隆國小	6	80	72	152	6	80	88	168	320
11	榮富國小	18	253	215	468	18	248	231	479	947
12	民安國小	12	158	119	277	13	185	144	329	606
13	興化國小	2	23	26	49	3	28	26	54	103
14	裕民國小	12	184	141	325	12	168	134	302	627
15	豐年國小	5	63	61	124	6	63	67	130	254
16	頭前國小	5	64	60	124	5	52	58	110	234
總計		151	2092	1812	3904	153	2026	1880	3906	7810

資料來源：新北市政府教育局網站。

## 貳、抽樣方法

本研究以107學年度新莊區某國民小學五、六年級學童為研究對象，因考量研究者人力、物力因素，以及樣本取得的困難度，和國小學童問卷調查需家長同意的情況下，因此抽樣方法採取「立意叢集抽樣」方式實施。

## 參、樣本分配方法

本研究抽樣方法採取立意叢集抽樣方式，經擷取新北市新莊區學校總人數，及各校學生班級數、男生、女生數後，選擇新莊區內屬於中等學校規模之一所學校，將該校五、六年級普通班學生全數抽出，作為本研究樣本其數量如下表3-2。

表 3-2 裕民國小樣本分配表

年級	人數	人 數			高年級人數總計			
	班級數	男生數	女生數	人數	班級數	男生數	女生數	人數
普通班五年級	12	184	141	325	24	352	275	627
普通班六年級	12	168	134	302				

資料來源：研究者自行整理。

由表3-2得知裕民國小取樣共24班，男生樣本數為352人，女生樣本數為275人，總樣本數為627人。所有樣本人數全數參加，經家長同意後在電腦教室統一施測，而實得樣本數亦為627人。

## 第三節 研究工具

本研究探討新北市新莊區國民小學學童人格特質與休閒參與、休閒滿意之間的關係，在參考相關文獻後，採用問卷調查法，以自行編定「國民小學人格特質與休閒參與、休閒滿意調查問卷」，茲將問卷編製依據、內容及編製程序說明如



下：

## 壹、問卷編製依據與內容

本問卷分為四個部分，第一部分為「基本資料」，第二部分為「國民小學人格特質調查問卷」，第三部分為「國民小學休閒參與調查問卷」，第四部分為「國民小學休閒滿意調查問卷」。最後彙編成「國民小學人格特質與休閒參與、休閒滿意調」調查問卷，以相關文獻為基礎，建構研究向度並與教授討論後編製成問卷，彙集整理出本研究工具。

### 一、基本資料調查表（背景變項）

此部分是照著受試著的個人變項編製而成，針對研究樣本性別、年級、父母親學歷等進行調查。在性別部分分為男生、女生。年級部份分成五年級、六年級。

父母教育程度選項中，有研究所（碩士、博士）者、大學、技術學院畢業者、專科或大學肄業者、高中（職）畢業者、國中、國小畢業、及不識字者，共 7 個選項。在男、女性別及五、六年級中，分成男生、女生 2 個類別變項，及五年級、六年級 2 個類別變項，父母教育程度選項中，分別將父母教育程度分成 4 種類別，分別為：研究所（碩士、博士）畢業者、大學或技術學院畢業者、專科或大學肄業者或高中（職）畢業者以及國中、小畢業或不識字者 4 種類別。

### 二、人格特質量表

#### (一)量表題目

此研究採取郭惠玲（2009）所編製之「人格特質量表」，作為測量學童人格特質的依據，人格特質指的是近幾年來人格心理學家所普遍採用的五大人格特質（Five Factor Model，簡稱FFM），其內容分為五個構面。包含聰明開放性、神經質、外向性、友誼性、嚴謹性。其測試題目分布如下表3-3人格特質量表各構面之題目分布表。

表 3-3 人格特質量表各構面之題目分布表

人格特質量表構面	選項	題數
聰明開放性	第 1、2、3、4、5、6 題	6
神經質	第 7、8、9、10、11、12 題	6
外向性	第 13、14、15、16、17、18 題	6
友誼性	第 19、20、21、22、23、24 題	6
嚴謹性	第 25、26、27、28、29、30 題	6
<b>總題數</b>		<b>30</b>

資料來源：研究者自行整理。

## (二)計分方式

問卷的填答方式採取 Likert 五點量表方式，全量表分為「我總是這樣」、「我通常這樣」、「我有時這樣」、「我很少這樣」、「我從不這樣」五種。全量表共有 30 題，除第 13、14、15、16、17、18、29、30 題為反項題之外，其餘皆為正向題，正向題計分採 5、4、3、2、1 順序計分；反向題則採取 1、2、3、4、5 順序計分。每個因素構面個題目計分加總之後的分數，及代表該受試者在該因素的得分，分數總分越高代表該受試者在此項人格因素特質越明顯。

## (三)預試樣本

本研究以新北市新莊區裕民國小五、六年級各 2 班為預試抽樣對象，進行預試。總計五年級發出問卷 58 份，六年級發出 52 份問卷，合計共 110 份問卷，在問卷回收中時合計 110 份問卷，回收率達 100%。下表 3-4 為預試樣本人數分配情形。

表 3-4 預試樣本人數分配表

年級	發出份數	回收份數	有效份數
五年級	58	58	58
六年級	52	52	52
<b>總計</b>	<b>110 (100%)</b>	<b>110 (100%)</b>	<b>110 (100%)</b>

資料來源：研究者自行整理。

## (四)信度分析

本量表採用內部一致性係數 (Cronbach  $\alpha$ ) 作為指標，經由預試資料的彙整，

分析預試樣本的內部一致性係數。其各因素量表及總量表的 $\alpha$ 值如下：

表 3-5 人格特質預試量表各因素之信度分析表

人格特質量表因素	$\alpha$ 值
聰明開放性	.886
神經質	.854
外向性	.793
友誼性	.905
嚴謹性	.780
總量表	.802

資料來源：研究者自行整理。

因此本研究便直接採用郭惠玲的「人格特質量表」進行正式問卷施測，經由統計分析後，總量表的Cronbach  $\alpha$ 係數為.802；各分量表的 $\alpha$ 係數為：「聰明開放性」為.886；「神經質」為.854；「外向性」為.793；「友誼性」為.905；「嚴謹性」為.780，顯示本研究工具具有良好的信度。

#### (五)效度分析

本研究之新北市新莊區某國小高年級學童人格特質量表，採主成分分析法，以最大變異法正交轉軸萃取因素，得到 5 個因素構面。並檢視各因素內之題目特質後，分別命名為聰明開放性、神經質、外向性、友誼性、嚴謹性等五個構面名稱。其累積解釋變異量數為 54.7%，顯示本研究工具之效度考驗仍在可接受範圍內。

表 3-6 人格特質量表因素分析(建構效度)表

項目	題號	聰明開放性	神經質	外向性	友誼性	嚴謹性
1	1	0.761				
	2	0.754				
	3	0.636				
	4	0.632				

項目	題號	聰明開放性	神經質	外向性	友誼性	嚴謹性	
2	5	0.573					
	6	0.535					
	7		0.732				
	8		0.71				
	9		0.703				
	10		0.666				
	11		0.636				
	12		0.503				
	3	13			0.699		
		14			0.666		
		15			0.611		
		16			0.563		
17				0.555			
18				0.545			
4	19				0.738		
	20				0.723		
	21				0.706		
	22				0.545		
	23				0.495		
	24				0.442		
5	25					0.745	
	26					0.732	
	27					0.711	
	28					0.703	
	29					0.636	
	30					0.503	
特徵值	2.323	5.186	3.426	1.579	1.783		
解釋變異量%	49.49	52.23	41.80	46.79	47.67		
累計解釋變異量%	10.715	25.924	30.627	39.426	54.748		

資料來源：研究者自行整理。

### 三、休閒參與量表

### (一)問卷編制

本研究問卷由研究者依據蒐集之文獻資料參考設計，並考量新北市都會區國小學童課後休閒活動狀況後，與有做過問卷調查經驗之同僚，共同討論並以聰明開放性問卷調查後，以及參考國內外學者對休閒活動類型之主觀分類，最後與指導教授討論後定案。量表分成知識類、體育類、遊憩技藝類、社交類等四個分量表。

### (二)問卷內容

本問卷之休閒參與類型包含四類，共 19 題，其題目分配如下：

- 1.知識類：聽音樂或廣播、郊遊或爬山、看漫畫或雜誌、閱讀書報或故事書或小說、上網搜尋資料等5題。
- 2.體育類：游泳、玩籃球或躲避球或羽球等球類、慢跑或健行、騎腳踏車等4題。
- 3.遊憩技藝類：國內或國外旅遊、繪畫或寫書法、彈鋼琴及其他樂器、民俗體育（如踢毬子、扯鈴、跳繩等等）等4題。
- 4.社交類：逛街或散步、打電玩或划手機等3C產品、桌遊（下棋、玩牌……）、聚會或上網聊天、收集東西（動漫、卡片等）、拜訪親友等6題。

### (三)問卷填答及計分

本問卷的計分採Likert Scale方式的五點量表，來測量新北市新莊區國民小學高年級學童，對各種休閒活動的參與情形，休閒參與量表分為「常常做」、「較常做」、「偶爾做」、「很少做」、及「沒做過」等五種反應。而計分則分別為「常常做」得5分、「較常做」得4分、「偶爾做」、得3分「很少做」得2分、及「沒做過」得1分。如受試者填答得高分者，表示其參與該項的休閒活動頻率較高，反之則較低。

### (四)項目分析

將110份的預試問卷回收後資料輸入電腦，進行項目分析及信度分析。本量表採用各題總分之相關與決斷值（CR）進行項目分析，每題之 t 值須達顯著水

準，且相關係數須達.40以上才可使用。

表 3-7 休閒參與量表項目分析表

題號	項目	與總分之 相關	決斷值 (CR)
1	游泳	0.403*	1.573*
2	玩籃球或躲避球或羽球等球類	0.563*	8.382*
3	玩積木	0.184	0.478
4	慢跑或健行	0.505*	8.872*
5	滑板或直排輪	0.306	0.258
6	騎腳踏車	0.471*	6.938*
7	野餐或烤肉	-0.082	-1.159
8	看電視或電影	0.395	-0.217
9	聽音樂或廣播	0.458*	5.741*
10	郊遊或爬山	0.519*	4.557*
11	釣蝦場釣魚、蝦	-0.092	-1.329
12	看漫畫或雜誌	0.477*	4.241*
13	閱讀書報或故事書或小說	0.679*	6.195*
14	打電玩或划手機等 3C 產品	0.487*	1.417*
15	上網搜尋資料	0.498*	3.749*
16	國內或國外旅遊	0.437*	2.154*
17	到公園使用遊戲器材	0.258	0.927
18	繪畫或寫書法	0.401*	1.509*
19	彈鋼琴及其他樂器	0.506*	7.103*
20	民俗體育（如踢毬子、扯鈴、跳繩等等）	0.436*	6.747*
21	參觀展覽	0.318	0.426
22	種花、澆花	0.209	0.539
23	宗教活動（如：拜拜、做禮拜）	0.259	-1.384
24	收集東西（動漫、卡片等）	0.509*	5.123*
25	唱歌表演	0.298	0.749
26	逛街、散步	0.490*	2.338*
27	桌遊（下棋、玩牌……）	0.498*	3.749*
28	露營	0.149	0.357
29	養寵物	0.228	0.769
30	聚會或上網聊天	0.505*	8.169*

題號	項目	與總分之 相關	決斷值 (CR)
31	拜訪親友	0.490*	2.338*

\*p < .05

資料來源：研究者自行整理。

由表3-8得知，第3題、第5題、第7題、第8題、第11題、第17題、第21題、第22題、第23題、第25題、第28題、第29題，與總分的相關係數較低，故予以剔除。

#### (五)信度分析

本研究之新北市新莊區某國小高年級學童休閒參與量表信度分析，採取 Cronbach  $\alpha$  內容一致性來考驗其信度，表3-7得知，知識類為0.708、體育類為0.693、遊憩技藝類為0.595、社交類為0.740，而休閒參與量表整體信度為0.817，顯示本研究工具具有不錯之信度，下表表3-8是休閒參與量表信度分析表。

表 3-8 休閒參與量表信度分析表

構面	項目	Cronbach $\alpha$
知識類	聽音樂或廣播	.708
	看漫畫或雜誌	
	閱讀書報或故事書或小說	
	上網搜尋資料	
體育類	游泳	.693
	爬山	
	玩籃球或躲避球或羽球等球類	
	慢跑或健行	
	民俗體育（如踢毬子、扯鈴、跳繩等等）	
遊憩技藝類	騎腳踏車	.595
	郊遊	
	繪畫或寫書法	
社交類	彈鋼琴及其他樂器	.740
	打電玩或划手機等3C產品	

構面	項目	Cronbach $\alpha$
	拜訪親友	
	收集東西（動漫、卡片等）	
	逛街、散步	
	桌遊（下棋、玩牌……）	
	聚會或上網聊天	
	<b>總量表<math>\alpha</math>係數</b>	<b>0.817</b>

資料來源：研究者自行整理。

#### (六)效度分析

本研究之新北市新莊區某國小高年級學童休閒參與量表，採主成分分析法，以最大變異法正交轉軸萃取因素，得到 4 個因素構面。並檢視各因素內之題目特質後，分別命名為知識類、體育類、遊憩技藝類、社交類等四個構面名稱。其累積解釋變異量數為 52.7%，顯示本研究工具之效度考驗仍在可接受範圍內。

表 3-9 休閒參與量表因素分析(建構效度)表

項目	題號	知識類	體育類	遊憩技藝類	社交類
1	9	.638			
	10	.640			
	12	.725			
	13	.774			
	15	.695			
2	1		.779		
	2		.715		
	4		.654		
	6		.681		
3	16			.529	
	18			.401	
	19			.727	
	20			.646	
4	14				.485
	24				.427



項目	題號	知識類	體育類	遊憩技藝類	社交類
	26				.602
	27				.471
	30				.523
	31				.677
特徵值		2.286	1.702	1.102	2.125
解釋變異量%		17.151	12.069	7.793	15.854
累計解釋變異量%		17.151	28.974	37.506	52.702

資料來源：研究者自行整理。

#### 四、休閒滿意量表

本量表乃 Beard & Ragheb (1980) 根據文獻資料的探討，將影響休閒參與的因素分離出來，經因素分析所得結果以及刪除無法清楚定義或顯示不重要的項目，最後形成休閒滿意的成分和次量表。

##### (一) 量表之修訂過程

本量表採用陳南琦 (2000) 所直接引用謝智謀 (1999) 之休閒滿意度量表 (Leisure satisfaction scale)，其量表係依據 Beard & Ragheb (1980) 之休閒滿意度量表翻譯修訂而成並施測於 16-28 歲之台灣大學生。量表經預試而使用因素分析方法將其結果分為六個因素構面：心理的、教育的、社會的、放鬆的、生理的以及美感的。休閒滿意量表的信度為 .96。六個構面的信度其範圍自 .85 到 .92。其各項目得分愈高，表示休閒滿意度愈高 (吳文銘，2001)。

表 3-10 休閒滿意量表各構面之題目分布表

構面	選項	題數
心理方面	第 1、2、3、4 題	4
教育方面	第 5、6、7、8 題	4
社會方面	第 9、10、11、12 題	4
放鬆方面	第 13、14、15、16 題	4
生理方面	第 17、18、19、20 題	4
美感方面	第 21、22、23、24 題	4
<b>總題數</b>		<b>24</b>

資料來源：研究者自行整理。

### (二)計分方式

本量表含24題，計有「心理方面」(第1~4題)、「教育方面」(第5~8題)、「社會方面」(第9~12題)、「放鬆方面」(第13~16題)、「生理方面」(第17~20題)、「美感方面」(第21~24題)六個分量表，採用 Likert 五點量表作答，按其同意程度情形從「非常同意」、「同意」、「沒意見」、「不同意」、「非常不同意」，分別給予 5、4、3、2、1 的分數。將各題分數累加後，可得六個分量表分數及一個總量表分數，個體在此量表的分數愈高表示其在各量表及整體休閒滿意的程度愈高。

### (三)項目分析

本研究亦降110份的預試問卷有效樣本回收後資料輸入電腦，進行項目分析及信度分析。從有效樣本之答題反應，發現各項題目皆達顯著水準，故全部予以保留。項目分析結果，如表3-11休閒滿意度量表項目分析。

表 3-11 休閒滿意度量表項目分析表

題號	項目	若刪該題則總量表可達之 $\alpha$ 值
1	我的休閒活動非常引起我的興趣	.8740*
2	我的休閒活動讓我有自信心	.8659*
3	我的休閒活動讓我有成就感	.8541*
4	我能運用各種不同的技巧和能力於我的休閒活動中	.8040*
5	我的休閒活動能夠幫助我增廣見聞	.8528*
6	我的休閒活動能夠提供我嘗試新事物的機會	.8483*
7	我的休閒活動幫助我了解自己	.8327*
8	我的休閒活動幫助我了解其他人	.8142*
9	透過休閒活動我與別人有社交的互動	.8583*
10	我的休閒活動幫助我結交知心朋友	.8743*
11	我在參與休閒活動時，所遇見的人都很友善	.8141*
12	在空閒時，我常與那些懂得享受休閒的人交往	.8251*
13	我的休閒活動幫助我身心放鬆	.8064*
14	我的休閒活動幫助我舒解壓力	.8370*
15	我的休閒活動有助於我情緒健康	.8428*
16	我參與休閒活動的原因，僅僅由於自己的喜好	.8317*
17	我的休閒活動對我的體能很有挑戰性	.8605*
18	我的休閒活動能夠增加我的體適能	.8749*
19	我的休閒活動幫助我恢復體力	.8356*
20	我的休閒活動幫助我保持健康	.8850*
21	我參與休閒活動的場所或地區是乾淨的	.8756*
22	我是在一個有趣的場所或地區參與我的休閒活動	.8656*
23	我是在一個漂亮的場所或地區參與我的休閒活動	.8631*
24	我是在一個經過精心設計的場所或地區參與我的休閒活動	.8712*

\*為經項目分析保留之題目

#### (四)信度與效度

1.信度：依預試樣本110人之答題反應進行量表信度考驗，得總量表之 Cronbach  $\alpha$  係數為.882，顯示本量表之內部一致性尚佳。因修定之量表施測對象為大學生，而本研究之研究對象為國小學生，因此再次以國小學生為預試對象而得總

量表之Crobach  $\alpha$ 係數值為，在分量表中，心理方面 $\alpha=0.786$ ；教育方面之 $\alpha=0.754$ ；社會方面之 $\alpha=0.693$ ；放鬆方面之 $\alpha=0.698$ ；生理方面之 $\alpha=0.691$ ；美感方面之 $\alpha=0.680$ 。顯示本量表具有良好的信度，亦適用於國小學生。

表 3-12 休閒滿意預試量表各因素之信度分析表

休閒滿意因素	$\alpha$ 值
心理方面	.786
教育方面	.754
社會方面	.693
放鬆方面	.698
生理方面	.691
美感方面	.680
總量表	.882

資料來源：研究者自行整理。

2.效度：本量表依據 Ragheb & Beard (1980) 之休閒滿意度量表翻譯而成，原量表系整合160位相關領域專家群意見所編製而成，每個構面均由四道題所匯成，合計24道題，已具有良好的內容效度及構念效度。

## 貳、問卷填答與計分方式

本研究之問卷調查採學生自我填答方式，經由家長同意後，於電腦課時上網進行個別的填選與勾選，進行施測前請施測者宣讀指導語。

計分方面在各個研究工具「人格特質量表」、「休閒參與量表」、「休閒滿意量表」、具皆採用Likert Scale五點量表。由受試者依據個人所知覺或體驗的符合程度，在適當位置上點選選項，計分依照各量表選項分別給予5、4、3、2、1分。而反向題部分則分別給予1、2、3、4、5分，受試者在問卷選項上得分的高低，亦代表本研究的感知程度。

## 第四節 實施程序

本研究旨在探討國民小學學童人格特質與休閒參與、休閒滿意關係的調查研究，採用量化研究之問卷調查法進行研究，首先以文獻探討內容為編製問卷初稿的依據，再經專家意見審查及信、效度考驗編製成「國民小學教童人格特質與休閒參與、休閒滿意關係調查研究問卷」實施調查，最後進行統計分析及論文撰寫。

本研究問卷實施之步驟，先擬定問卷大綱、編製正式問卷，再選定研究樣本、實施問卷調查，最後上網填答問卷、進行資料統計與分析。

### 壹、編製研究工具

依據學童人格特質與休閒參與、休閒滿意的文獻探討結果及待答問題，發展本研究架構，包括自變項與二個依變項等三部分，自變項即背景變項及人格特質變項，依變項為休閒參與、休閒滿意變項，編製而成「人格特質量表」、「休閒參與量表」、「休閒滿意量表」等量表工具。「人格特質量表」分成「聰明開放性」、「神經質」、「外向性」、「友誼性」、「嚴謹性」等五個分量表；「休閒參與量表」分成「知識類」、「體育類」、「遊憩技藝類」、「社交類」等四個分量表；「休閒滿意量表」分成「心理方面」、「教育方面」、「社會方面」、「放鬆方面」、「生理方面」、「美感方面」等六個分量表，如表3-13國民小學教童人格特質與休閒參與、休閒滿意關係調查研究問卷。

表 3-13 國民小學教童人格特質與休閒參與、休閒滿意關係調查研究問卷

研究工具	選項	題數
人格特質量表	聰明開放性	6
	神經質	6
	外向性	6
	友誼性	6
	嚴謹性	6
休閒參與量表	知識類	5
	體育類	4

研究工具	選項	題數
休閒滿意量表	遊憩技藝類	4
	社交類	6
	心理方面	4
	教育方面	4
	社會方面	4
	放鬆方面	4
	生理方面	4
	美感方面	4
總題數		73

資料來源：研究者自行整理。

## 貳、選定研究樣本

透過問卷進行施測。本研究針對新北市新莊區進行研究，採取立意叢集抽樣法，選定新北市新莊區裕民國小五、六年級進行預試，並進行正式問卷調查。

## 參、實施問卷調查

正式問卷完成後，選定五、六年級學生，鼓勵學生在徵詢家長同意後踴躍參加，志願參加者成為受試者，在電腦教室完成有效填答後，則給予小禮物答謝。問卷填答後資訊即同步進入雲端資料庫，經下載檔案並檢視問卷填答狀況，其有效參與率及有效樣本均達到 100%。檔案下載檢視後隨即進行轉換編碼、統計分析及研究結果撰寫。

## 肆、統計分析資料

問卷轉換編碼後，根據調查所得各項資料，匯入電腦經SPSS統計軟體，以各種統計方法配合研究目的及待答問題加以分析，包括問卷中的次數分配，求出平均數、標準差，並進行t檢定、單因子變異數分析、皮爾遜積差相關、逐步迴歸分析。

## 第五節 資料處理

以網路問卷調查方式，並透過檔案下載，在Excel中檢視每份問卷的填答情形，確人無填答不完全、錯誤及無效問卷後，即進行轉換編碼，再以SPSS統計套裝軟體，針對不同屬性的問題進行資料統計分析。本研究以敘述統計、獨立t檢定、單因子變異數分析、皮爾遜積差相關、迴歸分析來進行資料分析。茲分述如下：

### 壹、敘述統計（descriptive statistice）

針對本研究問題：國民小學學童人格特質與休閒參與、休閒滿意關係為何？運用進行敘述統計中的次數分配、百分比來分析填答者基本資料分布情形，並求出統計平均數與標準差，以有效瞭解國民小學學童人格特質與休閒參與、休閒滿意的現況。

### 貳、獨立樣本平均數 t 檢定（t-test）

本研究擬採用獨立樣本 t檢定來進行分析，以「背景變項」中的性別、年級為自變項，以「休閒參與」與「休閒滿意」各構面為依變項，分別進行平均數的差異顯著性t檢定，以瞭解不同背景變項之國民小學學童休閒參與、休閒滿意的差異情形。

### 參、單因子變異數分析（one-way ANOVA）

本研究以「背景變項」中的父親學歷、母親學歷為自變項，以「休閒參與」與「休閒滿意」各構面為依變項，以單因子變異數分析（One-way ANOVA）進行考驗。以瞭解不同背景變項之國民小學學童休閒參與、休閒滿意是否有顯著差異。若差異值達0.05顯著水準，則進一步以薛費法（Scheffé method）進行事後比較，以進一步比較各組間之差異情形。

#### 肆、Pearson 積差相關分析 (Pearson' s product-moment-correlation)

針對研究問題：國民小學學童人格特質與休閒參與、休閒滿意之關係為何？將學童人格特質與休閒參與、人格特質與休閒滿意、休閒參與及休閒滿意兩兩一組的三種變數所得資料，進行皮爾遜積差相關分析，以了解學童人格特質與休閒參與、休閒滿意之關係整體與各構面之間的相關情形。

#### 伍、多元迴歸分析 (simultaneous multiple regression)

以「人格特質」各構面為預測變項，「休閒參與」為效標變項，瞭解學童人格特質是否能有效預測其休閒參與行為。如圖3-2研究統計方法圖：





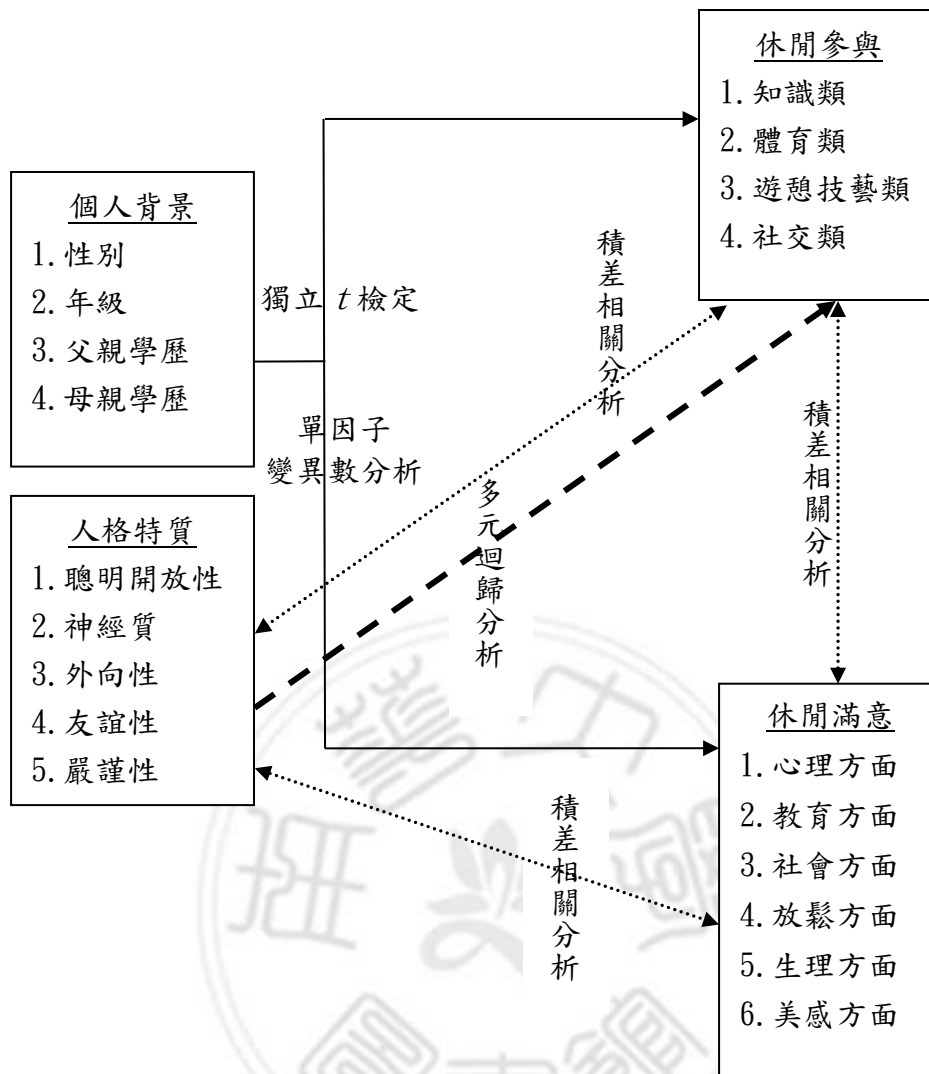


圖 3-2 研究統計方法圖

資料來源：研究者自行整理。

## 第四章 研究結果分析與討論

本研究依據文獻探討設計研究架構，分析新北市新莊區國民小學學童人格特質與休閒參與、休閒滿意之關係，透過彙集抽樣，共施測627位高年級學童，回收627份問卷，回收率為100%；再剔除樣本資料填答不全或無效樣本部份，有效樣本為627份，可用率為100%。依據前述之研究架構與假設，本章依據統計分析結果來探討新北市新莊區國民小學學童人格特質與休閒參與、休閒滿意的關係與影響，並針對問卷調查的結果，進行分析與討論。

本章共分六節，第一節為新北市新莊區某國民小學學童人格特質與休閒參與、休閒滿意現況分析，以瞭解國小學童對人格特質與休閒參與、休閒滿意的感知程度；第二節為新北市新莊區國民小學學童休閒參與之差異分析，來比較不同背景變項對休閒參與的差異比較與討論；第三節為新北市新莊區國民小學學童休閒滿意之差異分析，來比較不同背景變項對休閒滿意的差異比較與討論；第四節為新北市新莊區國民小學學童人格特質與休閒參與、休閒滿意之相關分析，透過皮爾遜積差相關來瞭解學童的人格特質與休閒參與、休閒滿意之間的相關程度與關係；第五節為新北市新莊區國民小學學童人格特質對休閒參與之迴歸分析，透過迴歸分析來瞭解新莊區國民小學學童人格特質對休閒參與的預測力。；第六節為綜合討論，新莊區國民小學學童人格特質與休閒參與、休閒滿意的各項研究結果，做統整與討論。

### 第一節 新北市新莊區某國民小學高年級 學童人格特質、休閒參與、休閒滿意 現況分析

本研究以「新北市新莊區某國民小學高年級學童人格特質與休閒參與、休閒

滿意調查問卷」，調查學童知覺的情形，分採李克特（Likert）五點量表計分，量表中數為3.33，每一構面的平均數得分愈高者，代表學童對於知覺符合情形愈佳，分數愈低代表學童對於知覺符合情形愈差。

## 壹、新北市新莊區某國小高年級學童人格特質現況分析

透過「新北市新莊區國民小學學童人格特質與休閒參與、休閒滿意調查問卷」，調查新北市國小學童知覺人格特質的現況，分為「聰明開放性」、「神經質性」、「外向性」、「友誼性」、「嚴謹性」、等五個構面。採李克特(Likert)五點量表計分，量表中數為3.33，每一構面的平均數得分愈高者，代表學童對人格特質現況知覺情形愈符合，分數愈低代表學童對現況知覺情形愈不符合。

### 一、學童人格特質整體分析

研究者整理學童人格特質問卷得分整體數據如表 4-1 可知，新北市新莊區國民小學學童人格特質現況調查問卷的整體平均得分為 3.30，標準差為 0.44，顯示新北市新莊區國民小學學童人格特質現況的覺知情形屬於「我有時」程度。

表 4-1 新北市新莊區國民小學學童人格特質問卷得分情形摘要 (N=627)

構面	平均數	標準差	符合程度	得分排序
聰明開放性	3.26	0.86	我有時	4
神經質性	2.56	0.96	我很少	5
外向性	3.67	0.91	我通常	2
友誼性	3.74	0.96	我通常	1
嚴謹性	3.28	0.77	我有時	3
整體表現	3.30	0.44	我有時	

資料來源：研究者自行整理。

就各構面而言，「友誼性」為 3.74，「外向性」為 3.67，標準差為 0.96 與 0.91，均高於五點量表平均數 3.3，亦即二個構面得分都在平均值之上。若依平均數高低排列，可知「友誼性」為最高者，屬於「我通常」程度，最低者為「神經質性」，

但各構面平均數均為 3.30，屬於「我有時」程度，表示新北市新莊區某國小高年級學童對於人格特質現況的認知程度。

## 二、學童人格特質現況各構面分析

本研究學校組織文化共分為「聰明開放性」、「神經質性」、「外向性」、「友誼性」、「嚴謹性」等五個構面，茲就各構面現況分析，說明如下：

### (一)聰明開放性

研究者整聰明開放性各題項其平均數與標準差如表4-2得知，新北市新莊區某國小高年級學童所知覺聰明開放性現況，就聰明開放性而言，為「我有時」程度。人格特質之「聰明開放性」構面各題項其平均數與標準差一覽如表4-2所示：

表 4-2 「聰明開放性」構面各題項其平均數與標準差一覽表 (N=627)

題號	題目內容	平均數	標準差	排序
1	聰明的	3.20	1.049	4
2	腦筋靈活的	3.22	.999	3
3	愛動腦筋的	3.27	1.171	2
4	機智的	3.18	1.123	6
5	會隨機應變的	3.48	1.088	1
6	愛思考的	3.18	1.120	5
整體表現		3.26	.863	

資料來源：：研究者自行整理。

由表4-2可知，「聰明開放性」題項共有6題，各題的平均數在3.18-3.48 之間，標準差在0.99-1.17之間。其中以第5題「會隨機應變的。」的平均數為3.48最高，第4題「機智的。」平均數3.178 最低。此構面的平均得分為3.26，高於五點量表平均數3，顯示新北市新莊區某國小高年級學童在「聰明開放性」構面的知覺屬於「我有時」的程度。

### (二)神經質性

研究者整理「神經質性」相關數據如表4-3得知，新北市新莊區某國小高年級學童人格特質現況，就神經質性而言，其平均數為2.56，標準差為0.966，低於五點量表平均數3，顯示新北市新莊區某國小高年級學童在「神經質性」構面的知覺屬於「我很少」的程度。人格特質之「神經質性」構面各題項其平均數與標準差一覽如表4-3所示：

表 4-3 「神經質性」構面各題項其平均數與標準差一覽表 (N=627)

題號	題目內容	平均數	標準差	排序
7	易煩惱的	3.03	1.312	1
8	悶悶不樂的	2.65	1.197	2
9	情緒不穩的	2.60	1.254	3
10	沒安全感的	2.38	1.317	5
11	易難過的	2.43	1.263	4
12	憂愁的	2.26	1.155	6
整體表現		2.56	.966	

資料來源：研究者自行整理。

由表4-3可知，「神經質性」構面題項共有6題，各題的平均數在2.26-3.03之間，標準差在1.155-1.312之間。其中以第7題「易煩惱的」平均數3.03最高；第6題「憂愁的」平均數2.26最低。此構面的平均得分為2.56，低於五點量表平均數3，顯示新北市新莊區某國小高年級學童在「神經質性」構面的知覺屬於「我很少」的程度。

### (三)外向性

研究者整理「外向性」相關數據如表4-4得知，新北市新莊區某國小高年級學童人格特質現況，就外向性而言，其平均數為3.67，標準差為0.910，高於五點量表平均數3，因為此構面各題目皆屬於反向計分，所以顯示新北市新莊區某國小高年級學童在「外向性」構面的知覺屬於「我很少」的程度。人格特質之「外向性」構面各題項其平均數與標準差一覽如表4-4所示：

表 4-4 「外向性」構面各題項其平均數與標準差一覽表 (N=627)

題號	題目內容	平均數	標準差	排序
13	內向的 (反向計分)	3.72	1.287	3
14	畏縮的 (反向計分)	3.92	1.142	2
15	膽小的 (反向計分)	3.56	1.287	4
16	懦弱的 (反向計分)	4.00	1.175	1
17	文靜的 (反向計分)	3.34	1.277	6
18	害羞的 (反向計分)	3.47	1.244	5
整體表現		3.67	.910	

資料來源：研究者自行整理。

由表4-4可知，「外向」題項共有6題，各題的平均數在3.34-4.00之間，標準差在1.175-1.2874之間。其中以第16題「懦弱的」平均數為4.00最高，第17題「文靜的」平均數3.34 最低。此構面的平均得分為3.67，高於五點量表平均數3，由於此構面各題目皆屬於反向計分，故顯示新北市新莊區某國小高年級學童在「外向性」構面的知覺屬於「我很少」程度。

#### (四)友誼性

研究者整理「友誼性」構面各題項其平均數與標準差如表4-5得知，新北市新莊區某國小高年級學童人格特質現況，就友誼性而言，其平均數為3.74，標準差為0.966，高於五點量表平均數3，顯示新北市新莊區某國小高年級學童在「外向性」構面的知覺屬於「我通常」的程度。人格特質之「友誼性」構面各題項其平均數與標準差一覽如表4-5所示：

表 4-5 「友誼性」構面各題項其平均數與標準差一覽表 (N=627)

題號	題目內容	平均數	標準差	排序
19	友善的	3.78	1.136	3
20	有愛心的	3.76	1.122	4
21	有關心別人的	3.79	1.160	2
22	友愛同學的	3.81	1.150	1
23	愛幫助人的	3.76	1.183	5
24	親切的	3.55	1.200	6
整體表現		3.74	.966	

資料來源：研究者自行整理。

由表4-5可知，「友誼性」題項共有6題，各題的平均數在3.55-3.81 之間，標準差在1.122-1.200之間。其中以第22題「友愛同學的」平均數為3.81最高，第24題「親切的」平均數3.55 最低。此構面的平均得分為3.74，高於五點量表平均數3，顯示新北市新莊區某國小高年級學童在「外向性」構面的知覺屬於「我通常」的程度。

#### (五)嚴謹性

研究者整理「嚴謹性」構面各題項其平均數與標準差如表4-6得知，新北市新莊區某國小高年級學童人格特質現況，就嚴謹性而言，其平均數為3.28，標準差為0.775，高於五點量表平均數3，但因此構面仍有二題是屬於反向計分，偏向「我很少」及「我有時」程度，顯示新北市新莊區某國小高年級學童在「嚴謹性」構面的知覺屬於「我通常」的程度，其餘則多數落在「我通常」的覺知程度。故整體而言仍屬於「我通常」的覺知程度。人格特質之「嚴謹性」構面各題項其平均數與標準差一覽如表4-6所示：

表 4-6 「嚴謹性」構面各題項其平均數與標準差一覽表 (N=627)

題號	題目內容	平均數	標準差	排序
25	細心的	3.11	1.193	4
26	會自我要求的	3.25	1.292	2
27	謹慎的	3.23	1.191	3
28	負責任的	3.55	1.131	1
29	做事草率的(反向計分)	3.53	1.180	
30	忘東忘西的(反向計分)	3.02	1.310	
整體表現		3.28	.775	

資料來源：研究者自行整理。

由表4-6可知，「嚴謹性」題項共有6題，各題的平均數在3.02-3.55之間，標準差在1.131-1.292之間。其中以第28題「負責任的」平均數為3.55最高，第30題「忘東忘西的」平均數3.02 最低。雖然此構面的平均得分為3.28，高於五點量表平均數3，但29、30二題是屬於反向計分，分別偏向「我很少」及「我有時」程度，然而整體而言仍顯示新北市新莊區某國小高年級學童在「嚴謹性」構面的知覺屬於「我有時」的程度。

## 貳、新北市新莊區某國小高年級學童休閒參與現況分析

透過「新北市新莊區國民小學學童人格特質與休閒參與、休閒滿意調查問卷」，調查新北市國小學童知覺休閒參與的現況，分為「知識類」、「體育類」、「遊憩技藝類」、「社交類」等四個構面。採李克特(Likert)五點量表計分，量表中數為3.21，每一構面的平均數得分愈高者，代表學童對休閒參與現況知覺參與情形愈頻繁，分數愈低代表學童對現況知覺情形愈不頻繁。

### 一、學童休閒參與整體分析

研究者整理學童休閒參與問卷得分整體數據如表 4-7 可知，新北市新莊區國民小學學童休閒參與現況調查問卷的整體平均得分為 3.26，標準差為 0.69，顯示新北市新莊區國民小學學童休閒參與現況的覺知情形屬於「偶爾做」程度。



表 4-7 新北市新莊區國民小學學童休閒參與問卷得分情形摘要 (N=627)

構面	平均數	標準差	符合程度	得分排序
知識類	3.39	.838	偶爾做	2
體育類	3.31	.924	偶爾做	3
遊憩技藝類	2.93	.952	偶爾做	4
社交類	3.42	.827	偶爾做	1
整體表現	3.26	.693	偶爾做	

資料來源：研究者自行整理。

就各構面而言，「知識類」為 3.39，標準差為 0.838，「體育類」為 3.31，標準差為 0.924，「社交類」為 3.42，標準差為 0.827，均高於五點量表平均數 3.26，亦即三個構面得分都在平均值之上。若依平均數高低排列，可知「社交類」為最高者，但仍屬於「偶爾做」程度，最低者為「遊憩技藝類」，但各構面平均數均為 3.26，屬於「偶爾做」程度，表示新北市新莊區某國小高年級學童對於休閒參與現況的認知程度。

## 二、學童休閒參與現況各構面分析

本研究學校組織文化共分為「知識類」、「體育類」、「遊憩技藝類」、「社交類」等四個構面，茲就各構面現況分析，說明如下：

### (一)知識類

研究者整知識類各題項其平均數與標準差如表4-8得知，新北市新莊區某國小高年級學童所知覺知識類現況，就知識類而言，為「偶爾做」程度。休閒參與之「知識類」構面各題項其平均數與標準差一覽如表4-8所示：

表 4-8 「知識類」構面各題項其平均數與標準差一覽表 (N=627)

題號	題目內容	平均數	標準差	排序
2	聽音樂或廣播	3.76	1.302	1
1	郊遊或爬山	2.93	1.207	5
3	看漫畫或雜誌	3.43	1.289	3
4	閱讀書報或故事書或小說	3.33	1.347	4
6	上網搜尋資料	3.52	1.166	2
整體表現		3.39	.838	

資料來源：研究者自行整理。

由表4-8可知，「知識類」題項共有5題，各題的平均數在2.92-3.76之間，標準差在1.166-1.347之間。其中以第2題「聽音樂或廣播。」的平均數為3.76最高，屬於「較常做」程度，第1題「郊遊或爬山。」平均數2.93最低，屬於「偶爾做」程度。此構面的平均得分為3.39，高於五點量表平均數3，但未接近4分之「較常做」程度，顯示新北市新莊區某國小高年級學童在「知識類」構面的知覺屬於「偶爾做」的程度。

## (二)體育類

研究者整理「體育類」相關數據如表4-9得知，新北市新莊區某國小高年級學童休閒參與現況，就體育類而言，其平均數為3.31，標準差為0.924，高於五點量表平均數3，顯示新北市新莊區某國小高年級學童在「體育類」構面的知覺屬於「偶爾做」的程度。休閒參與之「體育類」構面各題項其平均數與標準差一覽如表4-9所示：

表 4-9 「體育類」構面各題項其平均數與標準差一覽表 (N=627)

題號	題目內容	平均數	標準差	排序
8	游泳	2.86	1.160	4
9	玩籃球或躲避球或羽球等球類	3.60	1.292	1
10	慢跑或健行	3.40	1.302	2
11	騎腳踏車	3.38	1.258	3
整體表現		3.31	.924	

資料來源：研究者自行整理。

由表4-9可知，「體育類」構面題項共有4題，各題的平均數在2.86-3.60之間，標準差在1.160-1.302之間。其中以第9題「玩籃球或躲避球或羽球等球類」平均數3.60最高，達到「較常做」的程度。第8題「游泳」平均數2.86最低，仍屬於「偶爾做」的程度。此構面的平均得分為3.31，高於五點量表平均數3，但未接近4分之「較常做」程度，顯示新北市新莊區某國小高年級學童在「體育類」構面的知覺屬於「偶爾做」的程度。

### (三)遊憩技藝類

研究者整理「遊憩技藝類」相關數據如表4-10得知，新北市新莊區某國小高年級學童休閒參與現況，就遊憩技藝類而言，其平均數為2.93，標準差為0.952，雖然低於五點量表平均數3，顯示新北市新莊區某國小高年級學童在「遊憩技藝類」構面的知覺仍屬於「偶爾做」的程度。休閒參與之「遊憩技藝類」構面各題項其平均數與標準差一覽如表4-10所示：

表 4-10 「遊憩技藝類」構面各題項其平均數與標準差一覽表 (N=627)

題號	題目內容	平均數	標準差	排序
7	國內或國外旅遊	2.98	1.299	2
12	繪畫或寫書法	2.97	1.410	3
13	彈鋼琴及其他樂器	2.68	1.436	4
14	民俗體育(如踢毽子、扯鈴、跳繩等等)	3.08	1.435	1
整體表現		2.93	.952	

資料來源：研究者自行整理。

由表4-10可知，「遊憩技藝類」構面題項共有4題，各題的平均數在2.68-3.08之間，標準差在1.299-1.436之間。其中以第14題「民俗體育（如踢毽子、扯鈴、跳繩等等）」平均數3.08最高，仍屬於「偶爾做」的程度。第13題「彈鋼琴及其他樂器」平均數2.68最低，仍屬於「偶爾做」的程度。此構面的平均得分為2.93，低於五點量表平均數3，顯示新北市新莊區某國小高年級學童在「遊憩技藝類」構面的知覺屬於「偶爾做」的程度。

#### (四)社交類

研究者整理「社交類」相關數據如表4-11得知，新北市新莊區某國小高年級學童休閒參與現況，就遊憩技藝類而言，其平均數為3.42，標準差為0.827，高於五點量表平均數3，顯示新北市新莊區某國小高年級學童在「遊憩技藝類」構面的知覺仍屬於「偶爾做」的程度。休閒參與之「社交類」構面各題項其平均數與標準差一覽如表4-11所示：

表 4-11 「社交類」構面各題項其平均數與標準差一覽表 (N=627)

題號	題目內容	平均數	標準差	排序
5	打電玩或滑手機等3C產品	4.05	1.213	1
18	拜訪親友	3.34	1.315	4
19	收集東西(動漫、卡片等)	3.03	1.467	6
15	逛街、散步	3.55	1.206	2
16	桌遊(下棋、玩牌.....)	3.30	1.322	5
17	聚會或上網聊天	3.34	1.480	3
整體表現		3.42	.827	

資料來源：研究者自行整理。

由表4-11可知，「社交類」構面題項共有6題，各題的平均數在3.03-4.05之間，標準差在1.206-1.467之間。其中以第5題「打電玩或滑手機等3C產品」平均數4.05最高，屬於「較常做」的程度，第15題「逛街、散步」平均數3.55次高，亦屬於「較常做」的程度。其他各題平均數未達3.5以上，皆屬於「偶爾做」的程度，第19題「收集東西(動漫、卡片等)」平均數3.03最低，屬於「偶爾做」的程度。此構面的平均得分為3.42，低於五點量表平均數3，也未接近量表4分之「較常做」的程度，顯示新北市新莊區某國小高年級學童在「社交類」構面的知覺屬於「偶爾做」的程度。

### 參、新北市新莊區某國小高年級學童休閒滿意現況分析

透過「新北市新莊區國民小學學童人格特質與休閒參與、休閒滿意調查問卷」，調查新北市國小學童知覺休閒滿意的現況，分為「心理方面」、「教育方面」、「社會方面」、「放鬆方面」、「生理方面」、「美感方面」等六個構面。採李克特(Likert)五點量表計分，量表中數為3.91，每一構面的平均數得分愈高者，代表學童對休閒滿意現況知覺情形愈同意，分數愈低代表學童對休閒滿意現況知覺情形愈不同意。

## 一、學童休閒滿意整體分析

研究者整理學童休閒滿意問卷得分整體數據如表 4-12 可知，新北市新莊區國民小學學童休閒滿意現況調查問卷的整體平均得分為 3.89，標準差為 0.79，顯示新北市新莊區國民小學學童休閒滿意現況的覺知情形屬於「同意」程度。

表 4-12 新北市新莊區國民小學學童休閒滿意問卷得分情形摘要 (N=627)

構面	平均數	標準差	符合程度	得分排序
心理方面	3.95	.932	同意	2
教育方面	3.94	.876	同意	3
社會方面	3.80	.899	同意	5
放鬆方面	4.00	.915	同意	1
生理方面	3.87	.956	同意	4
美感方面	3.78	.894	同意	6
整體表現	3.89	.787	同意	

資料來源：研究者自行整理。

就各構面而言，「放鬆方面」為 4.00，標準差為 0.915、「心理方面」為 3.95，標準差為 0.932、「教育方面」為 3.94，標準差為 0.876，均高於五點量表平均數 3.89，亦即三個構面得分都在平均值之上。若依平均數高低排列，可知「放鬆方面」為最高者，最低者為「美感方面」，但各構面的平均數皆高於 3.5，皆屬於「同意」的程度。而整體表現方面平均數均為 3.89，亦屬於「同意」的程度，表示新北市新莊區某國小高年級學童對於休閒滿意現況的認知程度。

## 二、學童休閒滿意現況各構面分析

本研究學校組織文化共分為「心理方面」、「教育方面」、「社會方面」、「放鬆方面」、「生理方面」、「美感方面」等六個構面。茲就各構面現況分析，說明如下：

### (一)心理方面

研究者整心理方面各題項其平均數與標準差如表4-13得知，新北市新莊區某

國小高年級學童所知覺心理方面的現況，就心理方面而言，為「我有時」程度。休閒滿意之「心理方面」構面各題項其平均數與標準差一覽如表4-13所示：

表 4-13 「心理方面」構面各題項其平均數與標準差一覽表 (N=627)

題號	題目內容	平均數	標準差	排序
1	我的休閒活動非常引起我的興趣	4.02	1.025	1
2	我的休閒活動讓我有自信心	3.87	1.094	4
3	我的休閒活動讓我有成就感	3.92	1.092	3
4	我能運用各種不同的技巧和能力於我的休閒活動中	3.97	1.035	2
整體表現		3.95	.932	

資料來源：研究者自行整理。

由表4-13可知，「心理方面」題項共有4題，各題的平均數在3.87-4.02之間，標準差在1.025-1.094之間。其中以第1題「我的休閒活動非常引起我的興趣。」的平均數為4.02最高，第2題「我的休閒活動讓我有自信心。」平均數3.87最低。此構面的平均得分為3.95，高於五點量表平均數3，顯示新北市新莊區某國小高年級學童在「心理方面」構面的知覺屬於「同意」的程度。

## (二)教育方面

研究者整教育方面各題項其平均數與標準差如表4-14得知，新北市新莊區某國小高年級學童所知覺教育方面的現況，就教育方面而言，為「同意」程度。休閒滿意之「教育方面」構面各題項其平均數與標準差一覽如表4-14所示：

表 4-14 「教育方面」構面各題項其平均數與標準差一覽表 (N=627)

題號	題目內容	平均數	標準差	排序
5.	我的休閒活動能夠幫助我增廣見聞	3.92	1.111	3
6.	我的休閒活動能夠提供我嘗試新事物的機會	4.04	.991	1
7.	我的休閒活動幫助我了解自己	3.94	1.046	2
8.	我的休閒活動幫助我了解其他人	3.84	1.001	4
整體表現		3.94	.876	

資料來源：研究者自行整理。

由表4-14可知，「教育方面」題項共有4題，各題的平均數在3.84-4.04之間，標準差在0.991-1.046之間。其中以第6題「我的休閒活動能夠提供我嘗試新事物的機會。」的平均數為4.04最高，屬於「同意」的程度。第8題「我的休閒活動幫助我了解其他人。」平均數3.84最低，亦屬於「同意」的程度。此構面的平均得分為3.94，高於五點量表平均數3，顯示新北市新莊區某國小高年級學童在「教育方面」構面的知覺屬於「同意」的程度。

### (三)社會方面

研究者整社會方面各題項其平均數與標準差如表4-15得知，新北市新莊區某國小高年級學童所知覺社會方面的現況，就社會方面而言，為「同意」程度。休閒滿意之「社會方面」構面各題項其平均數與標準差一覽如表4-15所示：



表 4-15 「社會方面」構面各題項其平均數與標準差一覽表 (N=627)

題號	題目內容	平均數	標準差	排序
9.	透過休閒活動我與別人有社交的互動	3.98	1.002	1
10.	我的休閒活動幫助我結交知心朋友	3.97	1.070	2
11.	我在參與休閒活動時，所遇見的人都很友善	3.57	1.200	4
12.	在空閒時，我常與那些懂得享受休閒的人交往	3.68	1.113	3
整體表現		3.80	.899	

資料來源：研究者自行整理。

由表4-15可知，「社會方面」題項共有4題，各題的平均數在3.57-3.98之間，標準差在1.002-1.200之間。其中以第9題「透過休閒活動我與別人有社交的互動。」的平均數為3.98最高，屬於「同意」的程度。第11題「我在參與休閒活動時，所遇見的人都很友善。」平均數3.57最低，亦屬於「同意」的程度。此構面的平均得分為3.80，高於五點量表平均數3，顯示新北市新莊區某國小高年級學童在「社會方面」構面的知覺屬於「同意」的程度。

#### (四)放鬆方面

研究者整放鬆方面各題項其平均數與標準差如表4-16得知，新北市新莊區某國小高年級學童所知覺放鬆方面的現況，就放鬆方面而言，為「同意」程度。休閒滿意之「放鬆方面」構面各題項其平均數與標準差一覽如表4-16所示：

表 4-16 「放鬆方面」構面各題項其平均數與標準差一覽表 (N=627)

題號	題目內容	平均數	標準差	排序
13.	我的休閒活動幫助我身心放鬆	4.10	1.048	2
14.	我的休閒活動幫助我舒解壓力	4.17	1.019	1
15.	我的休閒活動有助於我情緒健康	4.01	1.072	3
16.	我參與休閒活動的原因，僅僅由於自己的喜好	3.73	1.158	4
整體表現		4.00	.915	

資料來源：研究者自行整理。

由表4-16可知，「放鬆方面」題項共有4題，各題的平均數在3.73-4.17 之間，標準差在1.019-1.158之間。其中以第14題「我的休閒活動幫助我舒解壓力。」的平均數為4.17最高，屬於「同意」的程度。第16題「我參與休閒活動的原因，僅僅由於自己的喜好。」平均數3.73最低，亦屬於「同意」的程度。此構面的平均得分為4.00，高於五點量表平均數3，顯示新北市新莊區某國小高年級學童在「放鬆方面」構面的知覺屬於「同意」的程度。

#### (五)生理方面

研究者整生理方面各題項其平均數與標準差如表4-17得知，新北市新莊區某國小高年級學童所知覺生理方面的現況，就生理方面而言，為「同意」程度。休閒滿意之「生理方面」構面各題項其平均數與標準差一覽如表4-17所示：

表 4-17 「生理方面」構面各題項其平均數與標準差一覽表 (N=627)

題號	題目內容	平均數	標準差	排序
17.	我的休閒活動對我的體能很有挑戰性	3.77	1.219	4
18.	我的休閒活動能夠增加我的體適能	3.81	1.167	3
19.	我的休閒活動幫助我恢復體力	3.87	1.075	2
20.	我的休閒活動幫助我保持健康	4.02	1.072	1
整體表現		3.87	.956	

資料來源：研究者自行整理。

由表4-17可知，「生理方面」題項共有4題，各題的平均數在3.77-4.02 之間，標準差在1.072-1.219之間。其中以第20題「我的休閒活動幫助我保持健康。」的

平均數為4.02最高，屬於「同意」的程度。第17題「我的休閒活動對我的體能很有挑戰性。」平均數3.77最低，亦屬於「同意」的程度。此構面的平均得分為3.87，高於五點量表平均數3，顯示新北市新莊區某國小高年級學童在「生理方面」構面的知覺屬於「同意」的程度。

#### (六)美感方面

研究者整美感方面各題項其平均數與標準差如表4-18得知，新北市新莊區某國小高年級學童所知覺生理方面的現況，就美感方面而言，為「同意」程度。休閒滿意之「美感方面」構面各題項其平均數與標準差一覽如表4-18所示：

表 4-18 「美感方面」構面各題項其平均數與標準差一覽表 (N=627)

題號	題目內容	平均數	標準差	排序
21.	我參與休閒活動的場所或地區是乾淨的	3.88	1.052	1
22.	我是在一個有趣的場所或地區參與我的休閒活動	3.87	1.068	2
23.	我是在一個漂亮的場所或地區參與我的休閒活動	3.68	1.024	3
24.	我是在一個經過精心設計的場所或地區參與我的休閒活動	3.66	1.108	4
整體表現		3.78	.894	

資料來源：研究者自行整理。

由表4-18可知，「美感方面」題項共有4題，各題的平均數在3.66-3.88之間，標準差在1.024-1.108之間。其中以第21題「我參與休閒活動的場所或地區是乾淨的。」的平均數為3.88最高，屬於「同意」的程度。第24題「我是在一個經過精心設計的場所或地區參與我的休閒活動。」平均數3.66最低，亦屬於「同意」的程度。此構面的平均得分為3.78，高於五點量表平均數3，顯示新北市新莊區某國小高年級學童在「美感方面」構面的知覺屬於「同意」的程度。

## 肆、綜合討論

研究者透過敘述統計來了解學童知覺新北市新莊區某國小高年級學童人格特質、休閒參與、休閒滿意之感受度，整體來看學童感知度皆為平均數以上。在人格特質方面，學童覺知友誼性與外向性的程度較高，表示察覺同儕之間的友誼互動方面最明顯，可能是國小學童上課型態不同，因課程分科較不明顯，如自然科與社會科是合科課程，又無社團課程不需要分班上課，因此班級集中上課情形普遍，同儕關係緊密，再加上社會化仍不足，因此在友誼感受方面較深。

其次在神經質性的覺知程度較低，因國小學童的人格發展受社會化程度影響較低，且人格發展的可塑性較高，所以敏感度也較低。且因年紀小受家長支配與保護較深，故不須獨自去面對與處理生活與學習的瑣事，煩惱少情緒起伏較低，因此在神經質性的覺知程度也較低。

在休閒參與方面，參與程度較高是社交類，參與程度較低的是遊憩技藝類，但都是屬於「偶爾做」的程度，顯示新北市新莊區國小學童休閒參與度不高。國小高年級學童在社交上逐漸顯現出獨立自主的樣態，對於交朋友及對異性方面逐漸產生興趣，因此表現在社交的需求上。

值得重視的是，在參與度最高的「社交類」的構面上僅僅是「偶爾做」的程度，其中「打電玩或滑手機等3C產品」活動這一題，表現出「較常做」的程度，也是所有的題目中，唯一在五點量表上超過4分的題目。顯示出手機及3C產品的盛行，以及網路遊戲的高度發展，打電玩或滑手機等3C產品，亦加深互聯網的連結與需求，也比較能吸引該地區五、六年級的學童參與。

而在遊憩技藝類的參與度較低，乃因課業需求降低旅遊的頻率，而彈鋼琴及其他樂器的學習需長期的學習，其過程是長時間與較枯燥的反覆練習，故影響其休閒參與的程度，但就整體而言，各構面的參與度皆在3.5分以下，參與程度屬於「偶爾做」的程度，而在所有的休閒活動中，「打電玩或滑手機等3C產品」活動是參與頻率最高，顯示科技產品的普及，排擠效應下造成其他的休閒活動參

與不足。

在休閒滿意方面，各個構面的滿意程度均在4分以上，滿意程度雖然不是非常高，但仍屬於滿意度高的「同意」程度，表示國小學童休閒活動的選擇，和家長的支配程度所影響下，此階段學童休閒活動的多樣性比較不足，在缺乏比較的情況下，其休閒滿意度表現較高。其中在放鬆方面滿意度最高，因國人普遍對休閒活動的認知上，最具放鬆的功能，比較不認為她具有教育方面的積極意義。

而滿意度最低的是美感方面，可能是國內的美學教育不足或是國內的旅遊設施美感不足（吳文銘，2001），在各個觀光景點上常出現隨處丟棄垃圾，與破壞景觀裝置藝術等物品，也常看到遊客不遵守旅遊景與標語，導致隨後的休閒參與者無法獲得應有的休閒品質，這也是國人需要加強的美學教育。

## 第二節 新北市新莊區某國小高年級學童 休閒參與之差異分析

本節就不同背景變項之新北市新莊區國民小學學童休閒參與調查問卷上得分之情形進行分析，以獨立樣本t檢定及單因子變異數來分析不同的背景變項，包含性別、年齡與家長學歷，探討其在休閒參與整體及各構面上的差異情形：

### 壹、不同個人背景變項在國民小學學童休閒參與差異分析

本研究先就個人不同背景變項，以性別、年齡、父母學歷，瞭解不同個人背景變項在學童休閒參與整體差異，再比較討論之。

#### 一、不同「性別」學童在休閒參與的差異分析

為瞭解不同性別之學童在休閒參與知覺情形是否有所差異，本研究以獨立樣本t檢定進行分析。各構面與整體如下表 4-19：

表 4-19 不同性別學童在休閒參與構面之 t 檢定摘要表 (N=627)

項目	性別	人數	平均數	標準差	t 值
知識類	男	352	3.29	.85	-3.43**
	女	275	3.52	.80	
體育類	男	352	3.48	.97	5.25**
	女	275	3.10	.80	
遊憩技藝類	男	352	2.83	1.01	-2.89**
	女	275	3.05	.85	
社交類	男	352	3.45	.90	1.08
	女	275	3.38	.72	
休閒參與	男	352	3.26	.75	.02
	女	275	3.26	.62	

\*p<.05,\*\*p<.01 資料來源：研究者自行整理。

由表 4-19 可看出，不同性別之學童知覺休閒參與之平均得分，在男學童為 3.26，女學童為 3.26，t 值為 0.02，但未達到顯著水準。表示在不同性別之新北市新莊區某國小高年級學童，其休閒參與知覺情形男學童和女學童並無顯著差異。就各構面而言，在「知識類」及「遊憩技藝類」方面，女童的參與程度顯著高於男童，而在「體育類」中男學童的參與程度顯著高於女學童，但「社交類」則無顯著差異。

## 二、不同「年級」學童在休閒參與上的差異分析

為瞭解不同年級之學童在休閒參與知覺情形是否有所差異，本研究以獨立樣本 t 檢定進行分析。各構面與整體上之平均數、標準差分析結果如表 4-20，分述如下：

表 4-20 不同年齡學童在休閒參與構面之 t 檢定摘要表 (N=627)

項目	年級	人數	平均數	標準差	t值
知識類	五	325	3.38	.83	-.48
	六	302	3.41	.84	
體育類	五	325	3.33	.90	.64
	六	302	3.29	.95	
遊憩技藝類	五	325	2.91	.96	-.42
	六	302	2.94	.94	
社交類	五	325	3.39	.82	-.78
	六	302	3.45	.83	
休閒參與	五	325	3.25	.69	-.31
	六	302	3.27	.69	

\*p<.05, \*\*p<.01

資料來源：研究者自行整理。

由表 4-20 可看出，不同年級之學童知覺休閒參與之平均得分，五年級為 3.25，六年級為 3.27，t 值為-0.31，但未達到顯著水準。所以五、六年級之新北市新莊區某國小高年級學童，在休閒參與知覺情形五年級學童和六年級學童並沒有明顯差異。就各構面而言，五年級學童和六年級學童的休閒參與也沒有明顯差異。

### 三、不同「父親學歷」之學童在休閒參與上的差異分析

為瞭解不同父親學歷之學童在休閒參與知覺情形是否有所差異，以單因子變異數分析進行檢定。各構面與整體上之平均數、標準差及變異數分析結果如表 4-21，分述如下：

表 4-21 不同父親學歷之學童在休閒參與構面之分析摘要表 (N=627)

項目	組別	樣本數	平均數	標準差	變異數分析				Scheffé 事後比較	
					變異 來源	離均差 平方和	自由度	均方		F 值
知識類	國中小	102	3.36	1.01	組間	3.59	3	1.20	1.71	
	高中職	215	3.33	.76	組內	435.79	623	.70		
	大學	223	3.40	.75	總和	439.38	626			
	研究所	87	3.57	.99						
	總和	627	3.39	.84						
體育類	國中小	102	3.17	.81	組間	8.76	3	2.92	3.46*	
	高中職	215	3.26	.90	組內	525.34	623	.82		
	大學	223	3.32	.91	總和	534.10	626			4>1*
	研究所	87	3.58	1.06						
	總和	627	3.31	.92						
遊憩技藝類	國中小	102	2.83	.92	組間	13.48	3	4.49	5.05*	
	高中職	215	2.78	.95	組內	554.22	623	.89		
	大學	223	2.99	.87	總和	567.70	626			4>2*
	研究所	87	3.21	1.14						
	總和	627	2.93	.95						
社交類	國中小	102	3.41	.86	組間	.51	3	.17	.25	
	高中職	215	3.41	.79	組內	427.45	623	.89		
	大學	223	3.41	.76	總和	427.96	626			
	研究所	87	3.49	1.02						
	總和	627	3.42	.83						
休閒參與	國中小	102	3.19	.74	組間	5.00	3	1.67	3.51*	
	高中職	215	3.19	.62	組內	295.79	623			
	大學	223	3.28	.64	總和	300.79	626			4>2*
	研究所	87	3.46	.89						
	總和	627	3.26	.69						

\*p<.05,\*\*p<.01

資料來源：研究者自行整理。

由上表 4-21 可看出，不同父親學歷之國小學童知覺休閒參與整體平均得分，研究所為 3.46，大學為 3.28，高中職為 3.19，國中小為 3.19，F 值則為 3.51，結



果達顯著水準，顯示不同父親學歷之新北市新莊區某國小高年級學童在休閒參與整體知覺上，其父親具有研究所學歷之學童，參與程度高於父親具有高中職學歷之學童。

另就各構面差異情形而言，不同父親學歷之國小學童知覺休閒參與各構面，「體育類」達顯著水準，且父親具有研究所學歷之學童，參與程度高於父親具有國中小學歷之學童；「遊憩技藝類」也達顯著水準，且父親具有研究所學歷之學童，參與程度高於父親具有高中職學歷之學童。但「知識類」及「社交類」皆未達顯著水準，代表不同父親學歷之國小學童知覺休閒參與在此二構面上並無顯著差異。

#### 四、不同「母親學歷」之學童在休閒參與上的差異分析

為瞭解不同母親學歷之學童在休閒參與知覺情形是否有所差異，以單因子變異數分析進行檢定。各構面與整體上之平均數、標準差及變異數分析結果如表 4-22，分述如下：

表 4-22 不同母親學歷之學童在休閒參與構面之分析摘要表 (N=627)

項目	組別	樣本數	平均數	標準差	變異數分析				Scheffé 事後比較	
					變異 來源	離均差 平方和	自由度	均方		F值
知識類	國中小	92	3.21	1.02	組間	5.77	3	1.92	2.76*	
	高中職	201	3.43	.73	組內	433.61	623	.70		
	大學	274	3.39	.76	總和	439.38	626			
	研究所	60	3.59	1.14						
	總和	627	3.39	.84						
體育類	國中小	92	3.25	.90	組間	4.64	3	1.55	1.82	
	高中職	201	3.27	.89	組內	529.46	623	.85		
	大學	274	3.31	.90	總和	534.10	626			
	研究所	60	3.57	1.13						
	總和	627	3.31	.92						
遊	國中小	92	2.68	.99	組間	25.97	3	8.66	9.96**	3>1**

項目	組別	樣本數	平均數	標準差	變異數分析					Scheffé 事後比較
					變異 來源	離均差 平方和	自由度	均方	F值	
憩 技 藝 類									*	4>1***
	高中職	201	2.74	.86	組內	541.73	623	.87		3>2**
	大學	274	3.06	.91	總和	567.70	626			4>2***
	研究所	60	3.29	1.15						
	總和	627	2.93	.95						
社 交 類	國中小	92	3.24	.82	組間	7.39	3	2.46	3.65*	
	高中職	201	3.55	.76	組內	420.57	623	.68		
	大學	274	3.37	.81	總和	427.96	626			2>1*
	研究所	60	3.46	1.07						
	總和	627	3.42	.83						
休 閒 參 與	國中小	92	3.09	.70	組間	5.56	3	1.85	3.91**	
	高中職	201	3.25	.61	組內	295.24	623	.47		
	大學	274	3.28	.64	總和	300.80	626			4>1*
	研究所	60	3.48	1.03						
	總和	627	3.26	.69						

\*p<.05, \*\*p<.01, \*\*\*p<.001

資料來源：研究者自行整理。

由上表 4-22 可看出，不同母親學歷之國小學童知覺休閒參與整體平均得分，研究所為 3.48，大學為 3.28，高中職為 3.25，國中小為 3.09，F 值則為 3.91，結果達顯著水準，且經 Scheffé 事後比較顯示，不同母親學歷之新北市新莊區某國小高年級學童在休閒參與整體知覺上，其母親具有研究所學歷之學童，參與程度高於母親具有國中小學歷之學童。

另就各構面差異情形而言，不同母親學歷之國小學童知覺休閒參與各構面中，「知識類」達顯著水準，且母親具有研究所學歷之學童，參與程度高於母親具有國中小學歷之學童；「遊憩技藝類」也達顯著水準，且母親具有研究所學歷之學童，參與程度高於母親具有高中職學歷之學童，以及高於母親具有國中小學歷之學童；以及母親具有大學學歷之學童，參與程度高於母親具有高中職學歷

之學童，以及高於母親具有國中小學學歷之學童。

「社交類」也達顯著水準，且母親具有高中職學歷之學童，參與程度高於母親具有國中小學歷之學童。但「體育類」未達顯著水準，代表不同母親學歷之國小學童知覺休閒參與在此構面上並無顯著差異。

綜合表 4-21 與表 4-22，父母親不同學歷之新北市新莊區某國小高年級學童在休閒參與整體及各構面的知覺上，仍有所不同，故將整理如表 4-23。

表 4-23 家長學歷之學童在休閒參與構面之比較表 (N=627)

項目	家長	研究所(4)	大學(3)	高中職(2)	國中小(1)
知識類	父				
	母	4>1*			
體育類	父	4>1*			
	母				
遊憩技藝類	父	4>2*			
	母	4>1***	3>1**		
		4>2***	3>2**		
社交類	父				
	母			2>1*	
休閒參與	父	4>2*			
	母	4>1*			

\*p<.05,\*\*p<.01,\*\*\*p<.001

資料來源：研究者自行整理。

由上表 4-23 可看出，學童在知覺休閒參與整體方面，具研究所學歷之雙方父母家長較高中職及國中小之家長，參與程度較高。而就各構面而言，具研究所母親較希望學童參加「知識類」活動，父親則較希望學童參加「體育類」活動，而具研究所學歷之父母雙親，同時希望學童多參與「遊憩技藝類」活動，也同時同時比較不鼓勵學童參與「社交類」活動。

## 貳、研究結果

研究者歸納以上數據分析，彙整出不同背景變項之新北市新莊區國小學休閒參與差異分析總表表4-22，分述如下：

表 4-24 不同背景變項之新北市新莊區某國小高年級學童休閒參與差異分析總表

面 背景變項	構	休閒參與				
		知識類	體育類	遊憩技藝類	社交類	整體
性別	1.男性					
	2.女性	2>1	1>2	2>1	無差異	無差異
年齡	1.五年級					
	2.六年級	無差異	無差異	無差異	無差異	無差異
父親學歷	1.國中小					
	2.高中職					
	3.大學	無差異	4>1*	4>2*	無差異	4>2*
	4.研究所					
母親學歷	1.國中小			4>1***		
	2.高中職	4>1*	無差異	4>2***	2>1*	4>1*
	3.大學			3>1**		
	4.研究所			3>2**		

\*p<.05,\*\*p<.01,\*\*\*p<.001

資料來源：研究者自行整理。

從表4-24研究結果總表發現，學童休閒參與在不同個人背景變項方面，只有性別、父親學歷和母親學歷有顯著的差異，但在年級上卻無差異。研究者探究其因，認為國小學童的休閒參與在性別上，因高年級在生理與心理及社會化的影響下，逐漸發展出多樣性的休閒活動，與剛踏入國小校園時的單一化、簡單化活動參與型態差異極大。但本研究中的年齡因素又無差異，乃是因本研究樣本受限於受試者回答問卷能力問題，僅採用五、六年級學童，在年齡上僅差一歲，且高年級為單一年段，課程設計與上課時間型態大多類似，因此在年齡上因素產生無差異。

但是在學歷方面就有明顯的差異，尤其是休閒參與的整體上，父母的學歷因素有顯著的差異。而且高學歷（研究所）高於低學歷（高中、職或國中、小），顯示高學歷的父母有較高的意願，讓學童多參與課後的活動。通常高學歷的家長擁有較高的社會經濟地位，在行有餘力（時間及金錢）的情況下，較願意讓孩子參與休閒活動，而且高學歷的家長亦有課業學習上的優勢，在不擔心學習產生問題的情況下，更提高讓孩子參與休閒活動的機會。

若再深入探究休閒活動的內容，母親比父親更願意讓孩子參與休閒活動，因母親僅在「體育類」一個構面上無顯著，而父親在「知識類」與「社交類」二個構面上無顯著，顯示媽媽比爸爸更願意讓孩子參與休閒活動。然而父母親讓孩子參與休閒活動的項目型態上亦有不同，父親較喜歡孩子參與「體育類」及「遊憩技藝」等活動，母親則在「體育類」活動上顯得比較消極，或許也和父母雙親性別上對休閒活動的喜好不同，而有所差別，但在父母雙親的共同點上，則是「遊憩技藝」等活動出現明顯的差異，顯然高學歷父母皆希望孩子在「遊憩技藝」上學習，特別是高學歷父母的高社經地位，讓孩子多學習一些才藝（如鋼琴、書法繪畫）等等，更能符合家長的期待。

### **第三節 新北市新莊區某國小高年級學童 休閒滿意之差異分析**

本節就不同背景變項之新北市新莊區國民小學學童休閒滿意調查問卷上得分之情形進行分析，以獨立樣本t檢定及單因子變異數來分析不同的背景變項，包含性別、年齡與家長學歷，探討其在休閒滿意整體及各構面上的差異情形：

#### **壹、不同個人背景變項在國民小學學童休閒滿意差異分析**

本研究先就個人不同背景變項，以性別、年齡、父母學歷，瞭解不同個人背景變項在學童休閒滿意整體差異，再比較討論之。

## 一、不同「性別」學童在休閒滿意的差異分析

為瞭解不同性別之學童在休閒滿意知覺情形是否有所差異，本研究以獨立樣本 t 檢定進行分析。各構面與整體如下表 4-25：

表 4-25 不同性別學童在休閒滿意構面之 t 檢定摘要表 (N=627)

項目	性別	人數	平均數	標準差	t 值
心理方面	男	352	3.91	1.00	-1.04
	女	275	3.99	.83	
教育方面	男	352	3.87	.96	-2.30*
	女	275	4.03	.74	
社交方面	男	352	3.81	.97	.20
	女	275	3.79	.80	
放鬆方面	男	352	3.91	.98	-3.11*
	女	275	4.13	.80	
生理方面	男	352	3.89	1.01	.82
	女	275	3.83	.88	
美感方面	男	352	3.77	.96	-.30
	女	275	3.79	.80	
休閒滿意	男	352	3.86	.87	-1.08
	女	275	3.93	.67	

\* p < .05, \*\* p < .01 資料來源：研究者自行整理。

由表 4-25 可看出，不同性別之學童知覺休閒滿意之平均得分，在男學童為 3.86，女學童為 3.93，t 值為 -1.08，但未達到顯著水準。表示在不同性別之新北市新莊區某國小高年級學童，其休閒滿意知覺情形男學童和女學童並無顯著差異。就各構面而言，在「教育方面」及「放鬆方面」，女童的滿意程度顯著高於男童，而在其他各構面皆未達顯著，表示其餘構面男女生在滿意方面則無顯著差異。

## 二、不同「年級」學童在休閒滿意上的差異分析

為瞭解不同年級之學童在休閒滿意知覺情形是否有所差異，本研究以獨立樣本 t 檢定進行分析。各構面與整體上之平均數、標準差分析結果如表 4-26，分述如下：

表 4-26 不同年級學童在休閒滿意構面之 t 檢定摘要表 (N=627)

項目	年級	人數	平均數	標準差	t 值
心理方面	五	325	3.95	.95	.15
	六	302	3.94	.92	
教育方面	五	325	3.96	.88	.81
	六	302	3.91	.87	
社交方面	五	325	3.82	.91	.47
	六	302	3.78	.88	
放鬆方面	五	325	4.01	.93	.09
	六	302	4.00	.90	
生理方面	五	325	3.91	.93	1.08
	六	302	3.82	.98	
美感方面	五	325	3.79	.89	.30
	六	302	3.76	.90	
休閒滿意	五	325	3.91	.79	.56
	六	302	3.87	.78	

\* p <.05;\*\* p <.01

資料來源：研究者自行整理。

由表 4-26 可看出，不同年級之學童知覺休閒滿意之平均得分，五年級為 3.91，六年級為 3.87，t 值為 0.56，但未達到顯著水準。所以五、六年級之新北市新莊區某國小高年級學童，在休閒滿意知覺情形五年級學童和六年級學童並沒有明顯差異。就各構面而言，五年級學童和六年級學童的休閒滿意也沒有明顯差

異。

### 三、不同「父親學歷」之學童在休閒滿意上的差異分析

為瞭解不同父親學歷之學童在休閒滿意知覺情形是否有所差異，以單因子變異數分析進行檢定。各構面與整體上之平均數、標準差及變異數分析結果如表 4-27，分述如下：

表 4-27 不同父親學歷之學童在休閒滿意構面之分析摘要表 (N=627)

項目	組別	樣本數	平均數	標準差	變異數分析					Scheffé 事後比較
					變異 來源	離均差 平方和	自由度	均方	F值	
心理 方面	國中小	102	3.75	.84	組間	7.47	3	2.49	2.89*	3>1*
	高中職	215	3.93	.85	組內	536.58	623	.86		
	大學	223	4.07	.92	總和	544.05	626			
	研究所	87	3.89	1.20						
	總和	627	3.95	.93						
教育 方面	國中小	102	3.75	.83	組間	15.01	3	5.00	6.70***	3>1**
	高中職	215	3.88	.84	組內	465.40	623	.75		
	大學	223	4.14	.81	總和	480.42	626			
	研究所	87	3.79	1.07						
	總和	627	3.94	.88						
社會 方面	國中小	102	3.58	.87	組間	6.33	3	2.11	2.63*	3>1*
	高中職	215	3.81	.86	組內	499.72	623	.80		
	大學	223	3.87	.87	總和	506.05	626			
	研究所	87	3.84	1.07						
	總和	627	3.80	.90						
放鬆 方面	國中小	102	3.87	.89	組間	13.63	3	4.54	5.54***	3>1*
	高中職	215	3.98	.88	組內	510.67	623	.82		
	大學	223	4.18	.81	總和	524.30	626			
	研究所	87	3.88	1.19						
	總和	627	4.01	.92						
生理 方	國中小	102	3.79	.83	組間	21.72	3	7.24	8.20***	3>2*
	高中職	215	3.80	.98	組內	550.28	623	.88		
	大學	223	4.09	.84	總和	527.00	626			



項目	組別	樣本數	平均數	標準差	變異數分析					Scheffé 事後比較
					變異 來源	離均差 平方和	自由度	均方	F值	
面	研究所	87	3.55	1.18						
	總和	627	3.87	.96						
美感 方面	國中小	102	3.51	.85	組間	14.72	3	4.91	6.30***	
	高中職	215	3.78	.81	組內	485.07	623	.78		
	大學	223	3.94	.84	總和	499.79	626			3>1***
	研究所	87	3.65	1.15						
	總和	627	3.78	.90						
休閒 滿意	國中小	102	3.71	.71	組間	10.87	3	3.62	5.99***	
	高中職	215	3.86	.75	組內	376.57	623	.60		3>1**
	大學	223	4.05	.71	總和	387.43	626			3>4*
	研究所	87	3.75	1.03						
	總和	627	3.89	.79						

\*p<.05;\*\*p<.01;\*\*\*p<.001

資料來源：研究者自行整理。

由上表 4-27 可看出，不同父親學歷之國小學童知覺休閒滿意整體平均得分，研究所為 3.75，大學為 4.05，高中職為 3.86，國中小為 3.71，F 值則為 5.99，結果達顯著水準，顯示不同父親學歷之新北市新莊區某國小高年級學童在休閒滿意整體知覺上，是有顯著差異的，且經 Scheffé 事後比較發現，其父親具有大學學歷之學童，滿意程度高於父親具有研究所和國中小學歷之學童。

另就各構面差異情形而言，不同父親學歷之國小學童知覺休閒滿意各構面，無論在「心理方面」、「教育方面」、「社會方面」、「放鬆方面」、「生理方面」、「美感方面」均達顯著水準，顯示不同父親學歷之新北市新莊區某國小高年級學童在休閒滿意整體知覺上，是有顯著差異的。且經 Scheffé 事後比較發現，其父親具有大學學歷之學童，滿意程度在「心理方面」、「教育方面」、「社會方面」、「放鬆方面」、「美感方面」五個構面上均高於父親具有國中小學歷之學童，且在「教育方面」、「生理方面」二方面高於父親具有高中職學歷之學童，以及在「教育方面」、「放鬆方面」、「生理方面」三方面高於父親具有研究所學歷之學童。

#### 四、不同「母親學歷」之學童在休閒滿意上的差異分析

為瞭解不同母親學歷之學童在休閒滿意知覺情形是否有所差異，以單因子變異數分析進行檢定。各構面與整體上之平均數、標準差及變異數分析結果如表 4-28，分述如下：

表 4-28 不同母親學歷之學童在休閒滿意構面之分析摘要表 (N=627)

項目	組別	樣本數	平均數	標準差	變異數分析					Scheffé 事後比較
					變異 來源	離均差 平方和	自由度	均方	F值	
心理 方面	國中小	92	3.62	1.00	組間	13.27	3	4.42	5.19**	2>1** 3>1**
	高中職	201	4.04	.81	組內	530.78	623	.85		
	大學	274	4.01	.90	總和	544.05	626			
	研究所	60	3.84	1.22						
	總和	627	3.95	.94						
教育 方面	國中小	92	3.75	.91	組間	6.77	3	2.26	2.97*	3>1*
	高中職	201	3.92	.86	組內	473.64	623	.75		
	大學	274	4.04	.82	總和	480.42	626			
	研究所	60	3.83	1.06						
	總和	627	3.94	.88						
社會 方面	國中小	92	3.66	1.02	組間	2.74	3	.91	1.13	
	高中職	201	3.80	.83	組內	503.31	623	.81		
	大學	274	3.85	.87	總和	506.05	626			
	研究所	60	3.75	1.06						
	總和	627	3.80	.90						
放鬆 方面	國中小	92	3.73	1.10	組間	21.63	3	7.21	8.94***	3>1*** 3>4***
	高中職	201	4.01	.84	組內	502.67	623	.81		
	大學	274	4.17	.79	總和	524.30	626			
	研究所	60	3.66	1.17						
	總和	627	4.01	.92						
生理 方面	國中小	92	3.82	.93	組間	7.61	3	2.54	2.80*	3>4*
	高中職	201	3.84	.90	組內	564.39	623	.91		
	大學	274	3.96	.95	總和	572.00	626			
	研究所	60	3.58	1.14						
	總和	627	3.87	.96						

項目	組別	樣本數	平均數	標準差	變異數分析					Scheffé 事後比較
					變異 來源	離均差 平方和	自由度	均方	F值	
美感 方面	國中小	92	3.71	.86	組間	7.52	3	2.51	3.17*	
	高中職	201	3.70	.86	組內	492.27	623	.79		
	大學	274	3.89	.85	總和	499.79	626			
	研究所	60	3.58	1.15						
	總和	627	3.78	.89						
休閒 滿意	國中小	92	3.72	.87	組間	7.46	3	2.49	4.08**	
	高中職	201	3.89	.71	組內	379.98	623	.61		
	大學	274	3.99	.73	總和	387.43	626			
	研究所	60	3.71	1.05						
	總和	627	3.89	.79						

\*p<.05, \*\*p<.01, \*\*\*p<.001

資料來源：研究者自行整理。

由上表 4-28 可看出，不同母親學歷之國小學童知覺休閒滿意整體平均得分，研究所為 3.71，大學為 3.99，高中職為 3.89，國中小為 3.72，F 值則為 4.08，結果達顯著水準，且經 Scheffé 事後比較顯示，不同母親學歷之新北市新莊區某國小高年級學童在休閒滿意整體知覺上，其母親具有大學學歷之學童，滿意程度高於母親具有國中小學歷之學童。

另就各構面差異情形而言，不同母親學歷之國小學童知覺休閒滿意各構面中，「心理方面」、「教育方面」、「放鬆方面」、「生理方面」均達顯著水準，且經 Scheffé 事後比較顯示，其母親具有大學學歷之學童，滿意程度在「心理方面」、「教育方面」、「放鬆方面」三個構面上，高於母親具有國中小學歷之學童，且在「放鬆方面」、「生理方面」高於母親具有研究所學歷之學童。而在「心理方面」的滿意度，母親具有高中職學歷之學童，滿意程度高於母親具有國中小學歷之學童。

值得探討的是在「美感方面」，其 F 值達 3.17 達到顯著，但經過兩兩一組 Scheffé 事後比較，卻發現沒有一組達到顯著。此部分在第一節現況分析的綜合

討論的情況吻合。

綜合表 4-27 與表 4-28，父母親不同學歷之新北市新莊區某國小高年級學童在休閒滿意整體及各構面的知覺上，仍有所不同，故將整理如表 4-29。

表 4-29 家長學歷之學童在休閒參與構面之比較表 (N=627)

項目	家長	研究所(4)	大學(3)	高中職(2)	國中小(1)
心理方面	父		3>1*		
	母		3>1**	2>1**	
教育方面	父		3>1**, 3>2*, 3>4*		
	母		3>1*		
社會方面	父		3>1*		
	母				
放鬆方面	父		3>1*, 3>4**		
	母		3>1***, 3>4***		
生理方面	父		3>2*, 3>4***		
	母		3>4*		
美感方面	父		3>1***		
	母				
休閒滿意	父		3>1**, 3>4*		
	母		3>1*		

\*p<.05, \*\*p<.01, \*\*\*p<.001

資料來源：研究者自行整理。

由上表 4-29 可看出，學童在知覺休閒滿意整體方面，具有大學學歷之雙方父母家長較研究所及國中小之家長，滿意程度較高。而就各構面而言，具有大學學歷之雙方父母家長之學童知覺滿意程度最高，也幾乎表現在各構面上。而具有研究所、國中小學歷之雙方父母家長之學童，其知覺滿意程度皆無差別。

## 貳、研究結果

研究者歸納以上數據分析，彙整出不同背景變項之新北市新莊區某國小高年級學童休閒滿意差異分析總表，總表如下：

表 4-30 不同背景變項之新北市新莊區某國小高年級學童休閒滿意差異分析總表

背景變項	構面	休閒滿意						整體
		心理方面	教育方面	社會方面	放鬆方面	生理方面	美感方面	
性別	1.男性	無差異	2>1*	無差異	2>1*	無差異	無差異	無差異
	2.女性	無差異	2>1*	無差異	2>1*	無差異	無差異	無差異
年齡	1.五年級	無差異	無差異	無差異	無差異	無差異	無差異	無差異
	2.六年級	無差異	無差異	無差異	無差異	無差異	無差異	無差異
父親學歷	1.國中小		3>1**		3>1*	3>2*		3>1**
	2.高中職	3>1*	3>2*	3>1*	3>4**	3>4***	3>1***	
	3.大學		3>4*					3>4*
	4.研究所							
母親學歷	1.國中小	3>1**			3>1***			
	2.高中職		3>1*	無差異		3>4*	無差異	3>1*
	3.大學	2>1**			3>4***			
	4.研究所							

\*p<.05;\*\*p<.01;\*\*\*p<.001

資料來源：研究者自行整理。

從表4-30研究結果總表發現，學童休閒滿意在不同個人背景變項方面，只有性別、父親學歷和母親學歷有顯著的差異，但在年齡上卻無差異。研究者探究其因，認為國小學童的休閒滿意在性別上，因高年級在生理與心理及社會化的影響下，逐漸發展出多樣性的休閒活動，與剛踏入國小校園時的單一化、簡單化活動參與型態差異極大，因此較容易滿足，所以在休閒滿意上並無差異。

但本研究中的年齡因素又無差異，乃是因本研究樣本受限於受試者回答問卷能力問題，僅採用五、六年級學童，在年齡上僅差一歲，且高年級為單一年段，課程設計與上課時間型態大多類似，因此在年齡上因素產生無差異。

但是在學歷方面就有明顯的差異，尤其是休閒滿意的整體上，在休閒參與上顯示，越高學歷（研究所）之父母讓學童參與活動的差異越明顯，但在休閒滿意上卻發現，滿意度最高的不是研究所學歷家長之學童，反而是大學學歷家長之學童。

通常是休閒參與程度高的學童，其滿意度也高，因為獲得滿足之後會持續參與，理論上本應是研究所學歷家長之學童參與度最明顯，亦應是研究所學歷家長之學童的滿意度也應最明顯，但在本研究中卻不是參與度高的學歷背景之學童，可能是具有研究所學歷之家長，其期望值較高所致，因在小學階段，學童的休閒活動受家長支配的影響仍大，故其期望的滿意度也很有可能受家長影響。

若再深入探究休閒滿意的內容，父親反而母親在休閒滿意上，獲得較明顯的不同，因母親在「社會方面」及「美感方面」二個構面上無顯著，而父親無論在休閒滿意的整體上，或是各構面上都有明顯差異。顯示具大學學歷爸爸的學童比具大學學歷媽媽的學童，在參與休閒活動中獲得較大的滿足。

或許越高學歷家長的學童，參與休閒活動所獲得的滿意度較大，但超過大學學歷家長的學童，反而是因為目標與期許過大，讓休閒活動的滿意度沒那麼大。也可能是研究所學歷之家長的學童，對參與活動背景的了解更多更深入，產生對休閒活動的滿意度沒那麼大。

## **第四節 國小學童人格特質、休閒參與、休閒滿意之相關分析**

本節先以皮爾遜積差相關來探討新北市新莊區某國小高年級學童人格特質、休閒參與與休閒滿意在各構面上的相關情形。先分析整體上的相關，再探討個構面的相關係數，然後依其結果做綜合討論。

本研究以皮爾遜積差相關，分析學童在「人格特質」與「休閒參與」、「休

閒滿意」整體與各構面之相關。本研究將相關程度分為五級：r值在0.80至1之間為「很高相關」；r值在0.60至0.79之間為「高相關」；r值在0.40至0.59之間「中等相關」；r值在0.20至0.39之間以下為「低相關」，r值在0.01至0.19之間以下為「很低相關」（張芳全，2012）。

## 壹、人格特質與休閒參與的相關

茲將新北市新莊區某國小高年級學童人格特質、休閒參與之相關結果，彙整如表4-31並將研究結果分析與討論詳述如下：

表 4-31 新北市新莊區國民小學學童人格特質與休閒參與之相關摘要 (N =627)

	知識類	體育類	遊憩技藝類	社交類	休閒參與
聰明開放性	.327**	.222**	.283**	.254**	.346**
神經質性	.158**	.042	.111**	.104**	.131**
外向性	-.093*	.024	-.143**	.005	-.68
友誼性	.341**	.198**	.226**	.184**	.302**
嚴謹性	.212**	.109**	.208**	.096*	.201**
人格特質	.381**	.239**	.271**	.260**	.365**

\*p<.05, \*\*p<.01, \*\*\*p<.001

資料來源：研究者自行整理。

### 一、國小學童人格特質與休閒參與之相關分析

由上表 4-31 得知學童人格特質與休閒參與之間有相關存在，兩個變項整體的相關係數為.365 (p<.01)。表示學童人格特質與休閒參與為低相關。從學童人格特質與休閒參與的各個構面來看，對每個構面均呈現低相關或很低相關甚至負相關。

### 二、聰明開放性與休閒參與之相關分析

聰明開放性與休閒參與相關係數為.346 (p<.01)，相關程度為低相關，其中

在知識類面向為最高，相關係數為.327 ( $p<.01$ )，其他如體育類、遊憩技藝類、社交類，雖然具有相關存在但均呈現低相關。

### 三、神經質性與休閒參與之相關分析

神經質性與休閒參與相關係數為.131 ( $p<.01$ )，相關程度為很低相關，其中在體育類未達顯著，其他各構面雖然具有相關存在，但都未超過.200，呈現很低之相關。

### 四、外向性與休閒參與之相關分析

外向性與休閒參與相關係數為-.68，未達顯著門檻，其中在體育類也未達顯著，再分析各層卻發現，在知識類、遊憩技藝類呈現很低的負相關，而體育類與社交類皆未達顯著水準。

### 五、友誼性與休閒參與之相關分析

友誼性與休閒參與相關係數為.302 ( $p<.01$ )，相關程度為低相關，其中在知識類面向為最高，相關係數為.341 ( $p<.01$ )，其他如遊憩技藝類也是低相關。體育類及社交類，雖然具有相關存在但均呈現很低相關。

### 六、嚴謹性與休閒參與之相關分析

嚴謹性與休閒參與相關係數為.201 ( $p<.01$ )，相關程度為低相關，其中在知識類面向為最高，相關係數為.212 ( $p<.01$ )，其他如遊憩技藝類也是低相關。體育類及社交類，雖然具有相關存在但均呈現很低相關。

綜合上述統計分析結果，可將學童人格特質與休閒參與在整體上與各構面間之相關情形彙整如表4-32：



表 4-32 學童人格特質與休閒參與相關情形彙整表 (N=627)

		休閒參與				
	構面	知識類	體育類	遊憩技藝類	社交類	休閒參與
人格特質	聰明開放性	低相關	低相關	低相關	低相關	低相關
	神經質	很低相關	不顯著	很低相關	很低相關	很低相關
	外向性	負相關	不顯著	負相關	不顯著	不顯著
	友誼性	低相關	很低相關	低相關	很低相關	低相關
	嚴謹性	低相關	很低相關	低相關	很低相關	低相關
	人格特質	低相關	低相關	低相關	低相關	低相關

資料來源：研究者自行整理。

由上表4-32可發現，在學童人格特質與休閒參與兩個變項的整體構面上，所顯示的結果是有低度相關性的，表示學童人格特質與休閒參與的關係是具有相關性存在的。或許國小學童在人格發展上尚未成熟，人格特質也不是非常鮮明，再加上國小學童受家庭及親代的影響與控制較高，也更凸顯出其可塑性較高，人格特質不成熟、不鮮明的情況下，選擇休閒活動的多樣性影不明顯，因此兩變項之間的低相關是可預期的。

值得注意的是在人格特質的外向性，其休閒參與在知識類與遊憩技藝類，二個構面中具有很低的負相關，顯示國小學童比較外向的人格特質的人，對於知識類與遊憩技藝類方面的活動參與較排斥，換句或說他們對比較需要具備知識與技能學習的活動，比較不感興趣，但相關性很低，指導者略施以加強指導語，是可以改善此情況的。

## 貳、人格特質與休閒滿意的相關

茲將新北市新莊區某國小高年級學童人格特質、休閒參與之相關結果，彙整如表4-33並將研究結果分析與討論詳述如下：

表 4-33 新北市新莊區國民小學童人格特質與休閒滿意與之相關摘要

(N =627)

	聰明開放性	神經質性	外向性	友誼性	嚴謹性	人格特質
心理方面	.281**	-.132**	.153**	.275**	.243**	.319**
教育方面	.244**	-.107**	.103*	.323**	.243**	.316**
社會方面	.176**	-.096*	.093*	.295**	.192**	.260**
放鬆方面	.177**	-.088*	.060	.289**	.209**	.245**
生理方面	.205**	-.096*	.144**	.243**	.243**	.288**
美感方面	.185**	-.045	-.007	.246**	.230**	.237**
休閒滿意	.245**	-.109**	.106**	.318**	.283**	.322**

\*p<.05, \*\*p<.01, \*\*\*p<.001

資料來源：研究者自行整理。

### 一、國小學童人格特質與休閒滿意之相關分析

由上表 4-33 得知學童人格特質與休閒滿意之間有相關存在，兩個變項整體的相關係數為.322 ( $p<.01$ )。表示學童人格特質與休閒滿意為低相關。從學童人格特質與休閒滿意的各個構面來看，對每個構面均呈現低相關或很低相關甚至負相關。

### 二、聰明開放性與休閒滿意之相關分析

聰明開放性與休閒滿意相關係數為.245 ( $p<.01$ )，相關程度為低相關，其中在心理方面面向為最高，相關係數為.281 ( $p<.01$ )，其他如教育方面、生理方面也是低相關，而社會方面、放鬆方面、美感方面，雖然具有相關存在但均呈現是最低相關。

### 三、神經質性與休閒滿意之相關分析

神經質性與休閒滿意相關係數為-.109 ( $p<.01$ )，相關程度為很低的負相關，其中在美感方面未達顯著，其他各構面雖然具有相關存在，但都未超過-.200，也呈現很低之負相關。

#### 四、外向性與休閒滿意之相關分析

外向性與休閒滿意相關係數為.106 ( $p<.01$ )，相關程度為低相關，其中在放鬆方面、美感方面未達顯著，而其他構面心理方面、教育方面、生理方面雖然具有相關存在但均呈現很低相關。

#### 五、友誼性與休閒滿意之相關分析

友誼性與休閒滿意相關係數為.318 ( $p<.01$ )，相關程度為低相關，其中在教育方面向為最高，相關係數為.323 ( $p<.01$ )，其他方面雖然具有相關存在但也都呈現低相關。

#### 六、嚴謹性與休閒滿意之相關分析

嚴謹性與休閒滿意相關係數為.283 ( $p<.01$ )，相關程度為低相關，其中在社會方面向為最低，相關係數為.192 ( $p<.01$ )，其他方面雖然具有相關存在但也都呈現低相關。

綜合上述統計分析結果，可將學童人格特質與休閒滿意與在整體上與各構面間之相關情形彙整如表4-34：

表 4-34 新北市新莊區某國小高年級學童人格特質與休閒滿意與之相關彙整表

(N =627)

	聰明開放性	神經質性	外向性	友誼性	嚴謹性	人格特質
心理方面	低相關	負相關	很低相關	低相關	低相關	低相關
教育方面	低相關	負相關	很低相關	低相關	低相關	低相關
社會方面	很低相關	負相關	很低相關	低相關	很低相關	低相關
放鬆方面	低相關	負相關	不顯著	低相關	低相關	低相關
生理方面	低相關	負相關	很低相關	低相關	低相關	低相關
美感方面	很低相關	不顯著	不顯著	低相關	低相關	低相關
休閒滿意	低相關	負相關	很低相關	低相關	低相關	低相關

資料來源：研究者自行整理。

由上表4-34可發現，在學童人格特質與休閒滿意兩個變項的整體構面上，所顯示的結果是呈現低度相關性的，表示學童人格特質與休閒滿意的相關性確實存在。或許國小學童在人格發展上尚未成熟，人格特質也不是非常鮮明，再加上國小學童受家庭及親代的影響與控制較高，也更凸顯出其可塑性較高，人格特質不成熟、不鮮明的情況下，選擇休閒活動的多樣性影不明顯，其滿意度也大多來自於家長，因此兩變項之間呈現低相關。

值得注意的是在人格特質的神經質性，其休閒滿意在整體及各構面上具有很低的負相關，顯示國小學童比較敏感的人格特質的人，對休閒活動的滿意度是比較低的，但是國小學童的可塑性是很大的，只要指導者略施以加強指導語，是可以改善此情況的。

### 參、休閒參與、休閒滿意的相關

茲將新北市新莊區某國小高年級學童休閒參與、休閒滿意之相關結果，彙整如表4-35並將研究結果分析與討論詳述如下：

表 4-35 新北市新莊區某國小高年級學童休閒參與與休閒滿意之相關摘要  
(N =627)

	知識類	體育類	遊憩技藝類	社交類	休閒參與
心理方面	.291**	.237**	.220**	.307**	.334**
教育方面	.287**	.254**	.234**	.280**	.335**
社會方面	.212**	.256**	.227**	.358**	.334**
放鬆方面	.270**	.178**	.225**	.254**	.294**
生理方面	.232**	.307**	.153**	.289**	.305**
美感方面	.174**	.198**	.146**	.220**	.234**
休閒滿意	.283**	.277**	.232**	.326**	.355**

\*p<.05, \*\*p<.01, \*\*\*p<.001

資料來源：研究者自行整理。

## 一、國小學童休閒參與與休閒滿意之相關分析

由上表 4-35 得知學童休閒參與與休閒滿意之間有相關存在，兩個變項整體的相關係數為.355 ( $p < .01$ )。表示學童休閒參與與休閒滿意為低相關。從學童休閒參與與休閒滿意的各個構面來看，對每個構面均呈現低相關或很低相關。

## 二、知識類與休閒滿意之相關分析

知識類與休閒滿意相關係數為.283 ( $p < .01$ )，相關程度為低相關，其中在心理方面面向為最高，相關係數為.291 ( $p < .01$ )，相關程度也為低相關，美感方面最低，相關係數為.178 ( $p < .01$ )，相關程度為很低相關，為其他方面，雖然具有相關存在但均呈現是低相關。

## 三、體育類與休閒滿意之相關分析

體育類與休閒滿意相關係數為.277 ( $p < .01$ )，相關程度為低相關，其中在生理方面面向為最高，相關係數為.307 ( $p < .01$ )，相關程度也為低相關，放鬆方面最低，相關係數為.174 ( $p < .01$ )，相關程度也為很低相關，美感方面也是低相關。其他方面，雖然具有相關存在但均呈現是低相關。

## 四、遊憩技藝類與休閒滿意之相關分析

遊憩技藝類與休閒滿意相關係數為.232 ( $p < .01$ )，相關程度為低相關，其中在教育方面面向為最高，相關係數為.234 ( $p < .01$ )，相關程度也為低相關，美感方面最低，相關係數為.146 ( $p < .01$ )，相關程度也為很低相關，生理方面也是很低相關。其他方面，雖然具有相關存在但均呈現是低相關。

## 五、社交類與休閒滿意之相關分析

社交類與休閒滿意相關係數為.326 ( $p < .01$ )，相關程度為低相關，其中在社會方面面向為最高，相關係數為.358 ( $p < .01$ )，相關程度也為低相關，美感方面

最低，相關係數為.220 ( $p < .01$ )，相關程度也為很低相關，其他方面，雖然具有相關存在但均呈現是低相關。

綜合上述統計分析結果，可將學童休閒參與與休閒滿意與在整體上與各構面間之相關情形彙整如表4-36：

**表 4-36 新北市新莊區某國小高年級學童休閒參與與休閒滿意之相關摘要**

(N = 627)

	知識類	體育類	遊憩技藝類	社交類	休閒參與
心理方面	低相關	低相關	低相關	低相關	低相關
教育方面	低相關	低相關	低相關	低相關	低相關
社會方面	低相關	低相關	低相關	低相關	低相關
放鬆方面	低相關	很低相關	低相關	低相關	低相關
生理方面	低相關	低相關	很低相關	低相關	低相關
美感方面	很低相關	很低相關	很低相關	低相關	低相關
休閒滿意	低相關	低相關	低相關	低相關	低相關

資料來源：研究者自行整理。

由上表4-36可發現，在學童休閒參與與休閒滿意兩個變項的整體和各構面上，所顯示的結果是呈現低度相關性的或很低相關，本研究結果呈現中度的休閒參與和較高的休閒滿意結果，此結果和研究者所蒐集的文獻有很大的差異，可能是學童參與較多的3C科技產品活動，排擠到其他休閒活動的參與，也可能是仍然較重課業成績，減少其他休閒活動的參與。而在國小階段身心尚未成熟的似懂非懂時期，以及受照顧者的保護安排較多的情況下，仍有較高的滿意程度，因此顯現出中度的休閒參與和較高的休閒滿意，呈現顯著的低相關，或許這能提供給專家學者的警惕，休閒參與與休閒滿意不再和以前的研究那樣的高度相關。

即使本研究結果，休閒參與和休閒滿意的相關性不高，但兩變項間是具有相關性存在的，在統計上是有意義的，也就是休閒參與度高休閒滿意也會高。

## 第五節 國小學童人格特質、休閒參與之回歸分析

為更了解學童人格特質與休閒參與之關係，研究者運用多元迴歸進行分析。因此，將學童人格特質做為預測變項，休閒參與為效標變項，探究學童人格特質與休閒參與的解釋力。以下將學童人格特質與休閒參與各構面結果分析如下。

### 壹、對知識類解釋力分析

以「知識類」為依變項，學童人格特質五個類型為自變項，使用多元迴歸分析法，結果如下表4-37：

表 4-37 人格特質對休閒參與「知識類」的迴歸分析摘要表 (N=627)

		人格特質					
投入變項	估計值	標準誤	$\beta$	t 值	p	VIF	
(常數)	1.395	.289		4.83	.000		
知識類	聰明開放性	.203	.046	.209***	4.43	.000	1.67
	神經質性	.142	.040	.164***	3.59	.000	1.56
	外向性	.054	.042	.058	1.28	.200	1.55
	友誼性	.223	.038	.257***	5.84	.000	1.45
	嚴謹性	-.017	.052	-.015	-.317	.751	1.74
	$R^2$	.173	Adj- $R^2$	.167			
F 值	$F_{(5,621)}$	26.050***					

\* $p < .05$ , \*\* $p < .01$ , \*\*\* $p < .001$

資料來源：研究者自行整理。

從上表4-37得知，VIF值都小於3，代表自變項之間的共線性沒有重疊的問題。同時以回歸法所得模型摘要與參數估計結果， $R^2 = .173$  看出，整個模型可以解釋依變項的17.3%。模式考驗的結果，指出回歸效果達顯著水準， $F_{(5,621)} = 26.050$ ， $p = .000$ ，具有統計上的意義。再進一步檢視各變項的個別解釋力，發

現「聰明開放性」( $\beta=.209$ ,  $p<.001$ )、「神經質性」( $\beta=.164$ ,  $p<.001$ )、「友誼性」( $\beta=.257$ ,  $p<.001$ )，均達顯著水準，其中「友誼性」的解釋力最高 ( $\beta=.257$ )，顯示有人格特質「友誼性」越高的學童，出現「知識類」的休閒參與頻率越高。以上五個類型的人格特質對知識類的整體解釋力為16.7%。

## 貳、對體育類解釋力分析

以「體育類」為依變項，學童人格特質五個類型為自變項，使用多元迴歸分析法，結果如下表4-38：

表 4-38 人格特質對休閒參與「體育類」的迴歸分析摘要表 (N=627)

		人格特質					
投入變項	估計值	標準誤	$\beta$	t 值	p	VIF	
(常數)	1.787	.338		5.29	.000		
體育類	聰明開放性	.203	.053	.189***	3.80	.000	1.67
	神經質性	.069	.046	.072	1.49	.137	1.56
	外向性	.105	.049	.103*	2.15	.032	1.55
	友誼性	.154	.045	.161***	3.46	.001	1.45
	嚴謹性	-.083	.061	-.070	-1.37	.172	1.74
$R^2$	.072	Adj- $R^2$	.064				
F 值	$F_{(5,621)}$	9.605***					

\* $p<.05$ ; \*\* $p<.01$ ; \*\*\* $p<.001$

資料來源：研究者自行整理。

從上表4-38得知，VIF值都小於3，代表自變項之間的共線性沒有重疊的問題。同時以回歸法所得到模型摘要與參數估計結果， $R^2=.072$  看出，整個模型可以解釋依變項的7.2%。模式考驗的結果，指出回歸效果達顯著水準， $F_{(5,621)}=9.605$ ， $p=.000$ ，具有統計上的意義。再進一步檢視各變項的個別解釋力，發現「聰明開放性」( $\beta=.189$ ,  $p<.001$ )、「外向性」( $\beta=.103$ ,  $p<.05$ )、「友誼性」( $\beta=.161$ ,  $p<.001$ )，均達顯著水準，其中「聰明開放性」的解釋力最高 ( $\beta=.189$ )，顯示有



人格特質「聰明開放性」越高的學童，出現「體育類」的休閒參與頻率越高。以上五個類型的人格特質對體育類的整體解釋力為6.4%。

### 參、對遊憩技藝類解釋力分析

以「遊憩技藝類」為依變項，學童人格特質五個類型為自變項，使用多元迴歸分析法，結果如下表4-39：

表 4-39 人格特質對休閒參與「遊憩技藝類」的迴歸分析摘要表 (N=627)

		人格特質					
投入變項	估計值	標準誤	$\beta$	t 值	p	VIF	
(常數)	1.87	.342		5.48	.000		
遊憩技藝類	聰明開放性	.224	.054	.203***	4.15	.000	1.67
	神經質性	.047	.047	.048	1.01	.314	1.56
	外向性	-.091	.049	-.087	-1.84	.066	1.55
	友誼性	.090	.045	.092*	2.00	.046	1.45
	嚴謹性	.061	.062	.049	.99	.324	1.74
	$R^2$	.106	Adj- $R^2$	.099			
F 值	$F_{(5,621)}$	14.748***					

\* $p < .05$ , \*\* $p < .01$ , \*\*\* $p < .001$

資料來源：研究者自行整理。

從上表4-39得知，VIF值都小於3，代表自變項之間的共線性沒有重疊的問題。同時以迴歸法所得模型摘要與參數估計結果， $R^2=.106$ 看出，整個模型可以解釋依變項的10.6%。模式考驗的結果，指出迴歸效果達顯著水準， $F_{(5,621)}=14.75$ ， $p=.000$ ，具有統計上的意義。再進一步檢視各變項的個別解釋力，發現「聰明開放性」( $\beta=.203$ ， $p<.001$ )、「友誼性」( $\beta=.092$ ， $p<.05$ )，均達顯著水準，其中「聰明開放性」的解釋力最高 ( $\beta=.203$ )，顯示有人格特質「聰明開放性」越高的學童，出現「遊憩技藝類」的休閒參與頻率越高。以上五個類型的人格特質對遊憩技藝類的整體解釋力為9.9%。

## 肆、對社交類解釋力分析

以「社交類」為依變項，學童人格特質五個類型為自變項，使用多元迴歸分析法，結果如下表4-40：

表 4-40 人格特質對休閒參與「社交類」的迴歸分析摘要表 (N=627)

		人格特質					
投入變項	估計值	標準誤	$\beta$	t 值	p	VIF	
(常數)	1.86	.299		6.22	.000		
社交類	聰明開放性	.233	.047	.243***	4.92	.000	1.67
	神經質性	.117	.041	.137**	2.87	.004	1.56
	外向性	.109	.043	.120*	2.51	.012	1.55
	友誼性	.115	.039	.135**	2.92	.004	1.45
	嚴謹性	.100	.054	-.094	-1.86	.064	1.74
$R^2$	.092	Adj- $R^2$	.085				
F 值	$F_{(5,621)}$	12.615***					

\* $p < .05$ , \*\* $p < .01$ , \*\*\* $p < .001$

資料來源：研究者自行整理。

從上表4-40得知，VIF值都小於3，代表自變項之間的共線性沒有重疊的問題。同時以回歸法所得模型摘要與參數估計結果， $R^2=.092$ 看出，整個模型可以解釋依變項的9.2%。模式考驗的結果，指出回歸效果達顯著水準， $F_{(5,621)}=12.62$ ， $p=.000$ ，具有統計上的意義。再進一步檢視各變項的個別解釋力，發現「聰明開放性」( $\beta=.243$ ， $p<.001$ )、「神經質性」( $\beta=.137$ ， $p<.01$ )、「外向性」( $\beta=.120$ ， $p<.05$ )、「友誼性」( $\beta=.135$ ， $p<.01$ )均達顯著水準，其中「聰明開放性」的解釋力最高( $\beta=.243$ )，顯示有人格特質「聰明開放性」越高的學童，出現「社交類」的休閒參與頻率越高。以上五個類型的人格特質對社交類的整體解釋力為8.5%。

## 伍、對休閒參與解釋力分析

以整體「休閒參與」為依變項，學童人格特質五個類型為自變項，使用多元迴歸分析法，結果如下表4-41：

表 4-41 人格特質對整體休閒參與的迴歸分析摘要表 (N=627)

		人格特質					
投入變項	估計值	標準誤	$\beta$	t值	p	VIF	
(常數)	1.73	.241		7.17	.000		
休閒參與	聰明開放性	.216	.038	.269***	5.65	.000	1.67
	神經質性	.094	.033	.131**	2.85	.005	1.56
	外向性	.044	.035	.058	1.26	.207	1.55
	友誼性	.145	.032	.203***	4.58	.000	1.45
	嚴謹性	-.035	.043	-.039	-.80	.424	1.74
R <sup>2</sup>	.159	Adj-R <sup>2</sup>	.153				
F 值	F <sub>(5,621)</sub>	23.554***					

\*p<.05,\*\*p<.01,\*\*\*p<.001

資料來源：研究者自行整理。

從上表4-41得知，VIF值都小於3，代表自變項之間的共線性沒有重疊的問題。同時以回歸法所得模型摘要與參數估計結果， $R^2=.159$ 看出，整個模型可以解釋依變項的15.9%。模式考驗的結果，指出回歸效果達顯著水準， $F_{(5,621)}=23.554$ ， $p=.000$ ，具有統計上的意義。再進一步檢視各變項的個別解釋力，發現「聰明開放性」( $\beta=.269$ ， $p<.001$ )、「神經質性」( $\beta=.131$ ， $p<.01$ )、「友誼性」( $\beta=.203$ ， $p<.001$ )均達顯著水準，其中「聰明開放性」的解釋力最高( $\beta=.269$ )，顯示有人格特質「聰明開放性」越高的學童，出現休閒參與的頻率越高；人格特質「神經質性」越高的學童，出現休閒參與的頻率越高；人格特質「友誼性」越高的學童，出現休閒參與的頻率越高。以上五個類型的人格特質對休閒參與的整體解釋力為15.3%。

## 陸、結論

從多元迴歸分析發現到學童人格特質和休閒參與各構面均達顯著水準，並具備解釋力，對知識類的整體解釋力為16.7%、對體育類的整體解釋力為6.4%、對遊憩技藝類的整體解釋力為9.9%、對社交類的整體解釋力為8.5%。其中對知識類的整體解釋力為16.7%為最高。而人格特質對休閒參與的整體解釋力為15.3%。

## 第六節 綜合討論

經過本研究發現新北市新莊區某國小高年級學童，對自我的人格特質知覺上，最多的是「友誼性」人格特質，最少的是「神經質性」人格特質。在國小階段的課程設計上，因合科課程較多，級任老師授課也是包班制，上課活動皆以班級為單位，班級活動幾乎佔據所有校內的學習活動，加上此階段(相較於國高中)性別與年齡不易被打破，不同年級和性別都能玩再一起，且對於同儕需求也較高，以及需求理論中的「愛與隸屬需求」較強烈，因此也出現較多的人是屬於「友誼性」的人格特質。

其次在國小階段，人格發展較不成熟，人際關係與社會化經驗的不足，其人格發展的敏感程度不意表現出來，加上此時期受照顧者的保護較深，相對的此時期的「神經質性」人格特質也較少。

值得注意的是在人格特質的外向性，其休閒參與在知識類與遊憩技藝類，二個構面中具有負相關，顯示國小學童比較外向的人格特質的人，對於知識類與遊憩技藝類的活動參與較排斥，換句或說他們對比較需要具備知識與技能學習的活動，比較不敢興趣，這是相關人員須注意得。

另外在人格特質的神經質性，其休閒滿意在整體及各構面上具有很低的負相關，顯示國小學童比較敏感的人格特質的人，對休閒活動的滿意度是比較反感的，但是國小學童的可塑性是很大的，只要指導者略施以加強指導語，是可以改

善此情況的。

本研究發現學童在休閒參與程度普遍不高，在五點量表上各構面得分皆在3.5以下，屬於「偶爾做」的程度，顯示學童課後參與活動的頻率不高，參與度最高是「社交類」，最低是「遊憩技藝類」，也都是屬於「偶爾做」的程度，顯示學童比較感興趣的是社交類的活動，技能學習仍是比較不願參與的活動，或許在此學區的學童或家長仍存在功課、成績為重，故參與度不高。然而就所有參與的項目而言，參與度唯一超過4分的是「**打電玩或滑手機等3C產品**」，屬於「較常做」的程度，足以說明視覺感官刺激的活動仍較吸引青少年參與。

在休閒滿意方面發現學童的滿意程度還算高，整體與各構面在五點量表得分上，都在4分上下，屬於「同意」的程度。除受家長的支配程度所影響之外，亦受到科技3C產品的視覺感官刺激影響下，也會影響其他活動參與的滿意程度。其中在放鬆方面滿意度高，因國人普遍對休閒活動的認知上，最具放鬆的功能，比較不認為具有教育方面的積極意義。而滿意度最低的是美感方面，可能是國內的美學教育不足或是國內的旅遊設施美感不足（吳文銘，2001），在各個觀光景點上常出現隨處丟棄垃圾，與破壞景觀裝置藝術等物品，也常看到遊客不遵守旅遊景與標語，導致隨後的休閒參與者無法獲得應有的休閒品質，這也是國人需要加強的美學教育。

在性別比較差異程度方面，男生在「體育類」的參與活動比女生高，女生在「知識類」、「遊憩技藝類」的參與活動比男生高，顯示男生偏好動態活動，女生偏好靜態活動。但在年齡方面則無差別，因五、六年級年齡差異不大，且同屬高年級年段，課程安排及活動設計類似，所以無差異。而不同學歷在休閒活動的參與上，也顯示出不同的結果，有「研究所」學歷的父母親比較願意讓孩子參與休閒活動，因高社經背景擁有較多資源，可讓學童參與休閒活動，且該學童通常的學業表現也較優，在比較不擔心課業學習情況下，較願意讓孩子享受較多的快樂童年，也比較不願意在此學習階段，過於增加孩子的課業壓力。

而在休閒滿意度方面，新北市新莊區某國小高年級學童在性別與年齡上，均表現無差異，除高年級階段年齡差異小，心理狀態差異也不大，而且在性別方面也看不出差異，顯示出國小階段共同學習與活動的關係較緊密，人格特質發展較不成熟，差異小且可塑性高。但是在父母親的學歷上顯示出差異，在休閒參與上顯示出父母學歷越高，學童的活動參與度越高，但在滿意度上卻未必如此，固然高學歷的父母，學童的滿意度較高，但具有大學學歷的父母，其學童休閒滿意度最高，且高於父母有研究所學歷的學童，表示父母有研究所學歷的學童，對其休閒滿意度的期待更高，導致其滿意度比有大學學歷的學童低。

在相關方面，人格特質與休閒參與及休閒滿意之關係，倆倆變項之間，無論在整體與各分層構面之間，幾乎是呈現低度的相關，顯然和以往的研究大相逕庭。從文獻探討中得知，過去休閒參與、休閒滿意的相關研究，幾乎一面倒地呈現高相關，本研究結果呈現中度的休閒參與和較高的休閒滿意結果，此結果和研究者所蒐集的文獻有很大的差異，可能是學童參與較多的3C科技產品活動，排擠到其他休閒活動的參與，也可能是仍然較重課業成績，減少其他休閒活動的參與。而在國小階段身心尚未成熟的似懂非懂時期，以及受照顧者的保護安排較多的情況下，仍有較高的滿意程度，因此顯現出中度的休閒參與和較高的休閒滿意，呈現顯著的低相關，或許這能提供給專家學者的警惕，休閒參與與休閒滿意不再和以前的研究那樣的高度相關。

而現在因科技3C產品的盛行，視覺、聽覺等感官刺激的不斷翻新，導致學童不但在其他休閒活動參與度降低，也因視覺、聽覺的感官刺激不斷提高，在休閒教育上是令人擔心的，未來除了手機等3C產品之外，其他有益身心發展的休閒活動，更難吸引青少年的高度參與，也很難滿足他們的休閒需求。

本研也究透過迴歸分析發現，新北市新莊區某國小高年級學童的休閒滿意和休閒參與各構面部分達顯著水準，但解釋力略為不足，因休閒參與度不高，且休閒滿意度較高的情況下，所以對知識類的整體解釋力為9.5%、對體育類的整體

解釋力為9.9%、對社交類的整體解釋力為13.9%，其中以社交類的整體解釋力為13.9%為最高。

這可能和科技日新月異有關，科技產品的半衰期不斷地縮短，加上3C產品的普及化，國小高年級學童擁有手機已是非常普遍的情況，科技產品產生的休閒娛樂效果，讓現代人對於感官刺激的需求，大大的提升，導致對於一般的休閒活動的刺激性下降，已經很難滿足現在的青少年世代，在休閒的滿意度上不再呈現過去的高相關。

而且就手機等3C產品內容而言，各種互聯網、影音網路平台以及網路遊戲，其影音感官刺激不斷的提升、推陳出新，加上互聯網的推波助瀾，其刺激性、立即性、社交性都遠比一般非影音感官刺激活動，更加吸引人。

「科技始終來自於人性」，這一句廣告詞大家耳熟能詳，人性所追求的除方便性之外，就是追求快樂。通訊網路時代自3G到4G，而進入今年的5G時代，物聯網、互聯網、網路通訊、網路影音、線上遊戲等等，硬體平台完成後，其各種軟體內容便如雨後春筍般的出現。

然而這些感官刺激背後的，卻是為了推展「新經濟」，世界各國為了追求經濟成長，不斷尋找經濟成長的新引擎，且青少年是經濟消費的主力，於是「電競遊戲」因此誕生，甚至已列為奧運發展的項目，未來經濟規模甚至遠遠超越美國職棒。未來如何引導青少年，從事戶外有益身心的運動，難度可能會增加，這也是研究者發現本研究結果後，對未來感到憂心的。

## 第五章 結論與建議

本章根據第四章研究結果分析與討論做成結論，研究者以「人格特質調查問卷」、「休閒參與調查問卷」、「休閒滿意調查問卷」為研究工具，以描述性統計、獨立t檢定、單因子變異數分析、皮爾遜積差相關及迴歸分析等統計方法，分析新北市新莊區某國小高年級學童在問卷的統計結果及其關連性，藉以了解新北市新莊區某國小高年級學童人格特質、休閒參與休閒滿意三者之間的關係，同時彙整本研究相關結果，提出具體建議作為，也可供未來有意研究相關主題之研究者參考。

本章共分兩節，第一節為結論；配合文獻探討與研究目的和結果進行討論，第二節為建議；呼應研究結果與目的，提供教育主管機關與相關研究者之建議。

### 第一節 結論

本節茲綜合有關文獻探討、研究結果與討論及主要研究發現，歸納出以下幾點結論：

#### 壹、新北市新莊區某國小高年級學童知覺人格特質以「友誼性」最高，「神經質性」表現相對較低。

經過本研究發現新北市新莊區某國小高年級學童，對自我的人格特質知覺上，最多的是「友誼性」人格特質，最少的是「神經質性」人格特質。在國小階段的課程設計上，因合科課程較多，級任老師授課也是包班制，上課活動皆以班級為單位，班級活動幾乎佔據所有校內的學習活動，加上此階段(相較於國高中)性別與年齡不易被打破，不同年級和性別都能玩再一起，且對於同儕需求也較高，以及需求理論中的「愛與隸屬需求」較強烈，因此也出現較多的人是屬於「友誼性」的人格特質。



其次在國小階段，人格發展較不成熟，人際關係與社會化經驗的不足，其人格發展的敏感程度不意表現出來，加上此時期受照顧者的保護較深，相對的此時期的「神經質性」人格特質也較少，這現象的呈現是好的，表示國小階段仍是少年不識愁滋味時期，人格是質不應該是很敏感的。

## **貳、新北市新莊區某國小高年級學童知覺休閒參與程度僅**

**「偶爾做」程度，以「社交類」參與度最高，「遊憩技藝」參與度最低，且「打電玩或滑手機等3C產品」參與度最高，為「較常做」的程度。**

本研究發現學童在休閒參與程度普遍不高，在五點量表上各構面得分皆在3.5以下，屬於「偶爾做」的程度，顯示學童課後參與活動的頻率不高，參與度最高是「社交類」，最低是「遊憩技藝類」，二個構面皆屬於「偶爾做」的程度。同時也顯示學童最感興趣的是社交活動，技能學習仍是最不願參與的活動，或許在此學區的學童或家長仍存在功課、成績為重，故參與度不高。然而就所有參與的項目而言，參與度最高的是「打電玩或滑手機等3C產品」，是在所有休閒參與量表上，唯一一項在五點量表得分上超過4分的活動，為「較常做」的程度，足以說明視覺感官刺激的活動仍較吸引青少年參與，這是研究者最擔心的結果。

## **參、新北市新莊區某國小高年級學童知覺休閒滿意程度是**

**「同意」程度，以「放鬆方面」同意程度最高，「美感方面」同意程度較低。**

在休閒滿意方面發現學童的滿意程度還算高，因年齡關係自我選擇參與休閒活動項目不多，同時也受家長的支配程度所影響之外，亦受到科技3C產品的視覺感官刺激影響下，也會影響其他活動參與的滿意程度，在身心發展成熟度及選擇性不高的情況下，休閒滿意仍呈現較高的反應。其中在放鬆方面滿意度最高，

因國人普遍對休閒活動的認知上，最具放鬆的功能，比較不認為她具有教育方面的積極意義。

本研究發現在休閒滿意最欠缺的是美感方面，顯示國小學童從事休閒活動中，其環境的乾淨程度、漂亮程度以及是否經過精心設計，都感覺不滿意。這也是國人在休閒環境當中較不重視的一塊，可能是國內的美學教育不足或是國內的旅遊設施美感不足，在各個觀光景點上常出現隨處丟棄垃圾，與破壞景觀裝置藝術等物品，也常看到遊客不遵守旅遊景與標語，導致隨後的休閒參與者無法獲得應有的休閒品質，這也是國人需要加強的美學教育。

#### **肆、不同背景變項之國小學童在休閒參與的知覺程度會因學童性別、父親學歷、母親學歷而有差異。**

在性別比較差異程度方面，男生在「體育類」的參與活動比女生高，女生在「知識類」、「遊憩技藝類」的參與活動比男生高，顯示男生偏好動態活動，女生偏好靜態活動。但在年齡方面則無差別，因五、六年級年齡差異不大，且同屬高年級年段，課程安排及活動設計類似，所以無差異。而不同學歷在休閒活動的參與上，也顯示出不同的結果，有「研究所」學歷的父母親比較願意讓孩子參與休閒活動，因高社經背景擁有較多資源，可讓學童參與休閒活動，且該學童通常的學業表現也較優，在比較不擔心課業學習情況下，較願意讓孩子享受較多的快樂童年，也比較不願意在此學習階段，過於增加孩子的課業壓力。

#### **伍、不同背景變項之國小學童在休閒滿意的知覺程度會因學童父親學歷、母親學歷而有差異。**

而在休閒滿意度方面，新北市新莊區某國小高年級學童在性別與年齡上，均表現無差異，除高年級階段年齡差異小，心理狀態差異也不大，而且在性別方面也看不出差異，顯示出國小階段共同學習與活動的關係較緊密，人格特質發展較不成熟，差異小且可塑性高。但是在父母親的學歷上顯示出差異，在休閒參與上

顯示出父母學歷越高，學童的活動參與度越高，但在滿意度上卻未必如此，固然高學歷的父母，學童的滿意度較高，但具有大學學歷的父母，其學童休閒滿意度最高，且高於父母有研究所學歷的學童，表示父母有研究所學歷的學童，對其休閒滿意度的期待更高，導致其滿意度比有大學學歷的學童低。

**陸、新北市新莊區某國小高年級學童人格特質與休閒參與，具有顯著正相關性，其中「外向性」與「知識類」、「遊憩技藝類」呈現負相關。**

在相關方面，人格特質與休閒參與，無論在整體與各分層構面之間，大多數是呈現顯著的正相關。再從各構面看，聰明開放的人格特質與休閒參與的相關中，在知識類面向為最高，但和其他如體育類、遊憩技藝類、社交類，雖然具有相關存在但均呈現低相關。

而神經質的人格特質與休閒參與的相關中，除在體育類面向不顯著，但和其他如知識類、遊憩技藝類、社交類，雖然具有正相關存在但均呈現很低相關。

外向性的人格特質與休閒參與的相關中，和知識類、遊憩技藝類呈現很低的負相關，而體育類與社交類皆未達顯著水準。

友誼性的人格特質與休閒參與的相關中，在知識類面向為最高，其他如遊憩技藝類也是低相關。體育類及社交類，雖然具有相關存在但均呈現很低相關。

嚴謹性的人格特質與休閒參與的相關中，其中在知識類面向為最高，其他如遊憩技藝類也是低相關。體育類及社交類，雖然具有相關存在但均呈現很低相關。

在學童人格特質與休閒參與兩個變項的整體構面上，所顯示的結果是有低度相關性，表示學童人格特質與休閒參與的關係是具有相關性存在。或許國小學童在人格發展上尚未成熟，人格特質也不是非常鮮明，再加上國小學童受家庭及親代的影響與控制較高，也更凸顯出其可塑性較高，人格特質不成熟、不鮮明的情況下，選擇休閒活動的多樣性不明顯，因此兩變項之間的低相關是可預期的。

值得注意的是在人格特質的外向性，其休閒參與在知識類與遊憩技藝類，二個構面中具有很低的負相關，顯示國小學童比較外向的人格特質的人，對於知識類與遊憩技藝類方面的活動參與較排斥，換句或說他們對比較需要具備知識與技能學習的活動，比較不感興趣，但相關性很低，指導者略施以加強指導語，是可以改善此情況的。

**柒、新北市新莊區某國小高年級學童人格特質與休閒滿意，具有顯著正相關性，其中「神經質」除與「美感方面」未達顯著外，和其他各構面都呈現負相關。**

在相關方面，人格特質與休閒滿意之關係，幾乎是呈現低度的正相關，其中聰明開放性的人格特質與休閒滿意之相關分析聰明開放的人格特質在心理方面面向為最高，其他如教育方面、生理方面也是低相關，而社會方面、放鬆方面、美感方面，雖然具有相關存在但均呈現是很低相關。

神經質性的人格特質在美感方面未達顯著，其他各構面雖然具有相關存在，也呈現很低之負相關。

外向性的人格特質在放鬆方面、美感方面未達顯著，而其他構面心理方面、教育方面、生理方面雖然具有相關存在但均呈現很低相關。

友誼性的人格特質在教育方面面向為最高，相關係數為.323 ( $p < .01$ )，其他方面雖然具有相關存在但也都呈現低相關。

嚴謹性的人格特質在社會方面面向為最低，相關係數為.192 ( $p < .01$ )，其他方面雖然具有相關存在但也都呈現低相關。

在學童人格特質與休閒滿意兩個變項的整體構面上，所顯示的結果是呈現低度相關性的，表示學童人格特質與休閒滿意的相關性確實存在。或許國小學童在人格發展上尚未成熟，人格特質也不是非常鮮明，再加上國小學童受家庭及親代的影響與控制較高，也更凸顯出其可塑性較高，人格特質不成熟、不鮮明的情況

下，選擇休閒活動的多樣性影不明顯，其滿意度也大多來自於家長，因此兩變項之間呈現低相關。

值得注意的是在人格特質的神經質性，其休閒滿意在整體及各構面上具有很低的負相關，顯示國小學童比較敏感的人格特質的人，對休閒活動的滿意度是比較低的，但是國小學童的可塑性是很大的，只要指導者略施以加強指導語，是可以改善此情況的。

### **捌、新北市新莊區某國小高年級學童休閒參與與休閒滿意，具有顯著正相關性。**

從學童休閒參與與休閒滿意的各個構面來看，對每個構面均呈現低相關或很低相關。在知識類的休閒參與中，其中在心理方面面向為最高，相關程度也為低相關，美感方面最低，相關程度為很低相關，為其他方面，雖然具有相關存在但均呈現是低相關。

體育類的休閒參與中，其中在生理方面面向為最高，相關程度也為低相關，放鬆方面相最低，相關程度也為很低相關，美感方面也是低相關。其他方面，雖然具有相關存在但均呈現是低相關。

遊憩技藝類的休閒參與中，相關程度為低相關，其中在教育方面面向為最高，相關程度也為低相關，美感方面最低，相關程度也為很低相關，生理方面也是很低相關。其他方面，雖然具有相關存在但均呈現是低相關。

社交類的休閒參與中，其中在社會方面面向為最高，相關程度也為低相關，美感方面最低，相關程度也為很低相關，其他方面，雖然具有相關存在但均呈現是低相關。

以過去研究文獻而言，本研究中的休閒滿意調查結果是符合的，但在休閒參與的調查結果不同，僅出現中度的休閒參與，再和較高的休閒滿意做相關研究，產生顯著的低相關結果，問題則出現在國小學童的休閒參與度降低了。

再檢視國小學童的休閒項目中發現，學童從事的休閒活動中，最高的是手機

及3C科技產品，在視覺、聽覺等感官刺激的不斷翻新，導致學童不但在其他休閒活動參與度降低，也因感官刺激不斷提高，也會影響休閒滿意，這足以讓專家學者警惕，未來除了手機等3C產品之外，其他有益身心發展的休閒活動，更難吸引青少年的高度參與，也很難滿足他們的休閒需求。

科技日新月異有關，科技產品的半衰期不斷地縮短，加上3C產品的普及化，國小高年級學童擁有手機已是非常普遍的情況，科技產品產生的休閒娛樂效果，讓現代人對於感官刺激的需求，大大的提升，導致對於一般的休閒活動的刺激性下降，已經很難滿足現在的青少年世代，在休閒的滿意度上不再呈現過去的高相關。

### **玖、學童人格特質對休閒參與有預測性，個構面與整體休閒參與的解釋力為 8.5%~16.7%之間。**

在人格特質對休閒參與之預測分析，本研究發現：

#### **一、對整體休閒參與**

「聰明開放性」、「神經質性」、「友誼性」等構面對整體休閒參與具有預測力。

#### **二、對知識類**

「聰明開放性」、「神經質性」、「友誼性」等構面對知識類具有預測力。

#### **三、對體育類**

「聰明開放性」、「外向性」、「友誼性」等構面對體育類具有預測力。

#### **四、對遊憩技藝類**

「聰明開放性」、「友誼性」等構面對遊憩技藝類具有預測力。

## 五、對社交類

「聰明開放性」、「神經質性」、「外向性」、「友誼性」等構面對社交類具有預測力。

## 第二節 建議

本節根據文獻探討、研究結果分析、討論與結論，對教育主管機關、新後續研究者，提出建議如下：

### 壹、對新北市新莊區國民小學之建議

本研究旨在希望藉探討學童人格特質及休閒參與與休閒滿意的關係；依據本研究的結果顯示，研究者提出下列幾點建議，提供新北市新莊區學校參考：

#### 一、學校應加強休閒教育

本研究結果顯示國小學童的休閒參與最高的是社交類，休閒滿意最高的是放鬆方面，顯示國人在休閒教育的觀念上仍以調整壓力、放鬆心情為主，並未意識到休閒在心理、生理與教育構面上的積極意義，休閒不但能放鬆壓力，增進社交人際關係，更重要的是能透過休閒教育達到，心理與生理方面的身、心、靈的契合，讓生活更和諧、滿足的人生。

#### 二、學校應加強美感教育

本研究發現在休閒滿意最欠缺的是美感方面，顯示國小學童從事休閒活動中，其環境的乾淨程度、漂亮程度以及是否經過精心設計，都感覺不滿意。這也是國人在休閒環境當中較不重視的一塊，必須透過教育加強公共環境衛生與乾淨，莫再自掃門前雪，觀光地區更應盡遊客的義務，不但不製造垃圾，更不能破或當地的設施與環境，以及遵守公告與標語。

此外觀光地區及公共環境應多設置裝置藝術，以及美化周邊環境，不但能產

生觀光效益，讓參與休閒活動者得到更大的滿足，同時也能透過境教方式，培養國人美學素養，且能將學校美術課程與環境相融合，培養能帶著走的美學素養。

### 三、學校應強化社團功能

研究發現國小學童參與「打電玩、划手機等 3C 產品」的活動頻率最高，在遊戲及內容尚未分級及適當的規範下，在此年齡層身心發展尚未成熟的情況下，過度參與此活動不但影響視力、價值觀、學習表現等等，對學童的生理及心理影響巨大。因此學校應多舉辦各種休閒活動，過濾、篩選適當的有益身心發展的活動，並精心設計能吸引學童的社團活動，避免學童參與校外良窳不齊的活動，甚至破壞身心發展的行為。

## 貳、對教師的建議

### 一、培養學生的休閒能力

研究顯示不同父母學歷的學童，其休閒參與及休閒滿意度都較高，代表高學歷的父母，比較願意鼓勵孩子參與休閒活動，而且也能從活動中獲得較高的滿意程度，因為對活動的選擇與篩選，投入程度以及預期效果，都可透過教育去培養與認知。因此培養學童對休閒活動的正確知識，養成正確的態度，有能力正確的選擇適當的休閒活動，而不致讓休閒活動只是滿足自我視覺、聽覺等感官刺激的活動；也不容易產生休閒無聊感。

### 二、重視人格發展

研究顯示神經質性的人格特質，與休閒滿意是負相關的，代表愈是神經質個性的人，其滿意度是越低的。值得慶幸的是，本研究結果國小學童，知覺自我神經質性的人格特質是最低的，代表學校在此方面的教育是成功的，應繼續秉持良好的教育方式，健全學童的人格發展。



### 三、避免沉溺式的休閒活動。

研究發現學童休閒的滿意度未減少，而休閒的參與度卻下降，除電玩、手機的使用率增加，排擠到休閒活動之外，課業壓力及作業活動也會排擠到休閒活動。教師除鼓勵家長、學童多參與正當的休閒活動外，也應與家長合作，適度的降低學生的課業壓力，亦可將休閒活動融入課程設計或作業活動中。更應將強親、師、生的互動聯繫，避免學生過度使用 3C 產品，產生沉溺式的休閒活動，家長也要以身作則，重視身教代替言教。

### 參、對後續研究者的建議

本研究發現學童休閒參與與休閒滿意呈現低相關的影響關係；以下就研究對象、研究方法及研究內容、統計方法，提供研究者建議，以供後續研究者研究參考。說明如下：

#### 一、持續探討不同變項在休閒參與與休閒滿意之差異

本研究發現休閒參與和休閒滿意在國內文獻很多，還有許多變項可再進行投入與研究，應會有許多不同的發現。而休閒參與研究主題廣泛，可投入的變項有更多，未來可以擴及其他變項來發掘更有價值與意義的相關議題，豐富休閒參與和休閒滿意之內涵，以建構出更完整的知識架構體系。

其次，本研究發現國小學童休閒滿意未下降，休閒參與程度是下降的，建議後續研究者應持續研究國小學童或其他不同母群，研究這現象是短暫，或是未來成為普遍現象。

#### 二、研究方法可再創新多元，厚實理論相關基礎

本研究依據文獻探討與指導教授之建議，運用敘述統計、平均數獨立t檢定、變異量分析、皮爾遜續差相關、迴歸分析，其目就在於研究者想要就不同的統計方式及其對資料解釋的特性，找尋出資料所隱含的真正意涵，雖然在經過分析後

能發現一些新的觀點與差異，但不可否認的，以目前統計方法進步之速，尚有許多統計方法可供選擇，研究者認為可運用更高等的統計方法研究，如此將可以有效解釋休閒參與與休閒滿意之間的關係。

本研究採用問卷調查法，研究設計偏重在量化方面，問卷回收採用網路填答，但受限於量化研究之限制，未能更深入了解國小學童所遭遇的問題及反應意見。為補量化之不足，建議未來研究者可考量以質性研究的方法或是以個案研究的方式，更進一步深入分析探討。



# 參考文獻

## 壹、中文部分

- 王美芬（1993）。單親青少年休閒狀況之調查研究。未出版碩士論文，彰化師範大學，彰化縣。
- 王素敏（1997）。老人的休閒滿意及其休閒教育取向之研究。高雄師範大學，未出版碩士論文，高雄市。
- 王福生（2003）。出版事業從業人員休閒態度與休閒活動參與關係之研究。朝陽科技大學，未出版碩士論文，台中市。
- 田育綺（2010）。高雄縣國中體育教師休閒認知、休閒參與及休閒滿意度相關之研究。樹德科技大學，未出版碩士論文，高雄市。
- 朱立夫（2010）。屏東縣國小教師休閒參與與生活型態之研究。屏東教育大學，未出版碩士論文，屏東市。
- 池進通、李鴻文、陳芬儀（2008）。大人格特質與工作績效關係之研究。經營管理論叢，4，1-9。
- 牟素雲（2002）。人力成本精減方案和員工人格特質，對工作態度與生涯規劃認知相關研究—以新竹科學工業園區積體電路產業為例。中原大學，未出版碩士論文，桃園市。
- 余嬪（1997）。提高全民休閒素養由加強休閒教育開始。教育研究雙月刊，6-9。
- 吳文銘（2001）。人格特質、自我娛樂能力、休閒參與及休閒滿意線性關係結構之建構與驗證。國立體育學院，未出版碩士論文，桃園市。
- 吳文銘（2002）。國小學童自我娛樂能力、休閒滿意之相關研究。臺灣體育運動管理學報，1，283-294。
- 吳欣勳（2014）。台南市國小學童休閒態度與休閒滿意度之研究。康寧大學，未

- 出版碩士論文，台南市。
- 吳秉恩（1986）。**組織行為學**。台北市：華泰文化事業股份有限公司。
- 呂民璿（1989）。青少年社會適應動向及其價值建構的精神文化意義。東海學報，8，137-148。
- 周海娟（1990）。台灣地區居民休閒活動的選擇與類型。東吳大學，未出版碩士論文，台北市。
- 周海娟（2005）。老人福利政策與社會資本建構。社區發展季刊，110，205-215。
- 房冠寶（2000）。人格特質與工作績效的關聯性研究以證券業後勤行政人員為例。國立臺灣科技大學，未出版碩士論文，台北市。
- 房美玉（2002）。台灣半導體產業之組織文化對於內外工作動機與工作績效及工作滿意度間關連性的影響，管理評論。學術期刊，21（3），69-96。
- 林東泰（1993）。休閒教育在中等教育中的角色。中等教育，23，32-34。
- 林能白、丘宏昌（1999）。服務品質之研究—服務人員人格特質之影響分析與應用。管理學報，16（2），13-24。
- 林欽榮（2010）。**組織理論與管理（第二版）**。新北市：楊智文化。
- 林溪川（2013）。高中教師家庭生命週期、休閒需求、休閒參與及休閒滿意度之相關研究。朝陽科技大學，未出版碩士論文，台中市。
- 姚裕錡（2006）。人格特質、工作態度與工作績效關聯性之研究—以台中地區文理補習班員工為例。朝陽科技大學，未出版碩士論文，台中市。
- 柯淑文（2011）。嘉義縣國小高年級學生休閒參與、休閒阻礙與休閒滿意度之研究。嘉義大學，未出版碩士論文，嘉義縣。
- 洪春昇（2012）。警察人員休閒參與、休閒滿意度與工作壓力相關之研究—以嘉義縣警察人員為例。台灣體育運動大學，未出版碩士論文，台中市。
- 胡家欣（2000）。大學生的休閒認知、涉入與體驗兼論人格特質的影響。高雄醫

- 學大學，未出版碩士論文，高雄市。
- 梁坤茂（2000）。**高雄市國中教師參與休閒性社團及相關因素之研究**。高雄師範大學，未出版碩士論文，高雄市。
- 高俊雄（1996）。**休閒概念面面觀**。國立體育學院論叢，6（1），69-78。
- 高俊雄（1996）。**觀光休閒產業地方化推動模式之探討**。觀光研究學報，2（1），1-12。
- 高俊雄（1999）。**休閒教育之理念、規劃與實現**。學生輔導，60，8-19。
- 國家教育研究院。（2018/12）。<http://terms.naer.edu.tw/detail/2711863/> 擷取自國家教育研究院。
- 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，未出版碩士論文，屏東縣。
- 張秀霞（2006）。**人格特質、團隊互動過程與創新行為之相關性研究**。朝陽科技大學，未出版碩士論文，台中市。
- 張春興（1997）。**心理學原理**。台北市：東華書局。
- 張進輔、馮維（2002）。**心理學**。台北市：新文京。
- 張慧美（1986）。**製造業未婚女性職工休閒研究——以中部地區兩廠為例**。東吳大學，未出版碩士論文，台北市。
- 曹天瑞（2002）。**原住民國中學生休閒活動現況之研究——以宜蘭縣泰雅族學生為例**。國立臺灣師範大學，未出版碩士論文，台北市。
- 梁愛玲（1995）。**台北市雙薪家庭家庭休閒與家庭生命週期關係之探討**。國立臺灣師範大學，未出版碩士論文，台北市。
- 許雅婷（2002）。**母娘與祂的兒女--慈惠石壁部堂宗教人的經驗世界**。國立東華大學，未出版碩士論文，花蓮縣。
- 許藝瀨（2014）。**雲林縣國中生休閒參與、休閒阻礙與休閒滿意度之研究**。雲林科技大學，未出版碩士論文，雲林縣。

- 連振杰(2009)。大學生休閒參與型態與休閒態度之研究—以南臺科技大學一年級新生為例。台中教育大學體育學系系刊，4，22-33。
- 郭盈卿(1999)。空服員之工作壓力、工作滿意、休閒滿意與工作倦怠之相關之研究。中山大學，未出版碩士論文，高雄市。
- 郭惠玲(2009)。國小學童人格特質、親子關係與霸凌行為之研究。花蓮教育大學，未出版碩士論文，花蓮縣。
- 陳世瑜(2004)。輪班工作人員休閒參與程度和休閒心理需求、休閒阻礙關係之探討：以台北市服務業為例。大葉大學，未出版碩士論文，彰化縣。
- 陳南琦(2000)。青少年休閒無聊感與休閒阻礙、休閒參與及休閒滿意度之相關研究。國立體育學院，未出版碩士論文，桃園市。
- 陳盈中(2013)。新北市私立高職教師休閒參與及阻礙之研究。醒吾科技大學，未出版碩士論文，新北市。
- 陳瑪莉(2002)。公務人員休閒認知、休閒需求與休閒滿意關係之研究。政治大學，未出版碩士論文，台北市。
- 曾清芬(2008)。北市內湖區國小家長休閒運動認知與休閒運動態度之研究。臺北市立教育大學，未出版碩士論文，台北市。
- 游家政(1987)。台北縣市國民小學中高年級兒童在學期間校外休閒活動之研究。台灣師範大學，未出版碩士論文，台北市。
- 游淑如(2003)。彰化縣國小教師休閒需求、阻礙、滿意度之研究。臺東大學，未出版碩士論文，台東縣。
- 湯美玲(2010)。高雄縣國小教師休閒活動參與初探。樹德科技大學，未出版碩士論文，高雄市。
- 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，未出版碩士論文，高雄市。
- 黃振球(1970)。休閒活動的理論與實施。師大學報，1，545-694。

- 黃瓊妙（2000）。台北市在學少年不同休閒參與類型之刺激尋求動機、休閒阻礙對其心理社會幸福感之探討。中國文化大學，未出版碩士論文，台北市。
- 新北市政府教育局（2018/12）。<https://www.ntpc.edu.tw/> 擷取自 新北市政府教育局。
- 詹益統（1996）。個人屬性、人格特質與內滋激勵和外附激勵關聯性之研究—以交通部數據通信所員工為例。國立交通大學，未出版碩士論文，新竹縣。
- 劉佩佩（1999）。未婚女性休閒生活之研究。高雄師範大學，未出版碩士論文，高雄市。
- 劉美紅（2012）。臺灣離島青少年休閒參與、受歡迎知覺、休閒滿意度與生活滿意度關係之研究—以金馬地區為例。銘傳大學，未出版碩士論文，桃園市。
- 蔡沂峰（2012）。特殊學校教師休閒參與、休閒效益與休閒滿意度之研究。雲林科技大學，未出版碩士論文，雲林縣。
- 鄭丞坤（2001）。新竹市國民中學學生體適能對休閒行為之影響研究。中國文化大學，未出版碩士論文，台北市。
- 鄭順璵（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，未出版碩士論文，桃園市。
- 盧盛忠（1997）。組織行為學—理論與實務。台北市：五南圖書出版。
- 謝文真（2001）。公務人員休閒態度之研究—以台北地區為例。國立台灣師範大學，未出版碩士論文，台北市。
- 謝智謀（1999）。運動休閒在運動訓練的運用。1999 年大專體育總會國際運動教練科學研討會。桃園市：國立體育學院。
- 韓惠華（1997）。電子業女性勞工休閒參與及需求滿足之相關研究：以高雄地區為例。高雄師範大學，未出版碩士論文，高雄市。
- 顏幸雅（2013）。國小教師休閒參與、工作壓力與生活滿意度之研究—以汐止區為例。經國管理暨健康學院，未出版碩士論文，基隆市。

- 羅明訓（1999）。桃園市國小六年級學生休閒活動之調查研究。臺中師範學院，未出版碩士論文，台中市。
- 蘇瑛敏（1997）。女性休閒環境架構之基礎研究—以台北縣市女性為例。政治大學，未出版博士論文，台北市。
- 蘇睦敦（2002）。婦女運動休閒參與者感受利益與滿意度之研究—以高雄地區為例。國立體育學院，未出版碩士論文，桃園市。

## 貳、英文部分

- Allport, G. W. (1936). *Personality: A Psychological Interpretation*, New York: McGraw-Hill.
- Beard, G., & Ragheb, M. G. J. (1980). A method to assess energy expenditure in children and adults. *American Journal of Clinical Nutrition*. 461-467.
- Beard, G., & Ragheb, M. G. J. (1980). Measuring leisure satisfaction. *Journal of Leisure Research*. 34(2). 20-33.
- Brightbill, K. C. (1986). *The Challenge of Leisure*. Englewood Cliffs, N. J., Prentice.
- Brown, A., Frankel, B. G., & Fennell, M.B. (1982). Happiness through leisure: The impact of type of leisure activity, age, gender and leisure satisfaction on psychological well-being. *Journal of Applied Recreation Research*. 367-391.
- Costa, T., & McCrae, Jr. R. R. P. (1992). An introduction of the five-factor model and its applications, *Journal of Personality*.
- Friedman & Roseman, R. H. M., (1974). *Type A Behavior and Your Heart*. New York.
- Goldberg, R. L. (1990). An Alternative Description of Personality: The Big Five Factor, *Journal of Personality and Social Psychology*.
- Hammer, H., & Vardi, Y. T. (1981). Locus of control and career self-management among non-supervisory employees in industrial settings. *Journal of Vocational*



- Behavior. Hammer, H., & Vardi, Y. T. .1981. 13-19.
- Iso-Ahola, E., & Weissinger, E. S. (1990) . Relationship between Type A coronary-prone behavior and leisure patterns. Paper presented at NRPA Leisure Reassurance Symposium. USA.
- Kelly, J. R. (1990) . Leisure. (2nd ed.) .Englewood Cliffs, NJ: Prentice-Hall. .
- Mundy, J. (1998) . Leisure education: Theory and practice (2nd ed.) . Champaign, IL: Sagamore Publishing.
- Norman, T. W. (1963) . Toward an adequate taxonomy of personality attributes: Replicated factor structure. *Journal of Abnormal and Social Psychology*.
- Ragheb, M. G., & Beard, J.G. . Measuring leisure attitude. *Journal of Leisure Research*. 14. 155-167.
- Ragheb, G., & Beard, J. G. M.(1982)155-167) . Measuring leisure attitude. *Journal of Leisure Research*.
- Ragheb, G., & Griffith, G. A. M.(1982) . The contribution of leisure participation and leisure satisfaction to the life satisfaction of older persons. *Journal of Leisure Research*.
- Ragheb, G., Tate, R. L.M. (1993) . A behavioral model of leisure participation based on leisure attitude, motivation and satisfaction.*Leisure studies*. 61-70.
- Ragheb, G. M. (1980) . Interrelationships among leisure participation, leisure satisfaction and leisure attitudes. *Journal of Leisure Research* .12. 138-149.
- Riddick, C. C. (1986) . Leisure satisfaction precursors. *Journal of Leisure Research*. 430-452.
- Schreyer Lime, D. W., & Williams, D. R. R.,(1984) . Characterizing the influence of past experience on recreation behavior. *Journal of Leisure Research*. 34-50.
- Sneegas. (1986) . Components of life satisfaction in middle and later life. Adults perceived social competence, leisure participation and leisure satisfaction.

Journal of Leisure Research.

Spector, P. E. (1988) . Interaction effects of perceived control and job stressors on affective reactions and health outcomes for clerical workers.” Work & Stress.



## 附 錄

### 國小學童人格特質、休閒參與與休閒滿意度之研究—以新北市某國小為例（正式）

親愛的家長：您好！

我是裕民國小老師，目前在研究所進修，研究主題是有關學生的休閒活動情形，需要您孩子協助填答問卷內容，問卷採不記名填寫，不涉及個資問題，純粹作為學術用途。

要目的是為了解學生參與休閒活動的情形。這裡所說的休閒活動，是指在放學後(包含週一到週五、週休二日、寒暑假)，不用上安親班、才藝班、課後輔導班和課後社團活動的時候，除了做功課，吃飯和睡覺等以外的時間，能夠自由自在的從自己想做的活動，例如：玩遊戲、打球、看電視、看電影、郊遊、唱歌、逛街、畫畫、騎腳踏車……等等。

本問卷共分為四個部分，問卷不需具名，問卷所獲得之資料僅作學術研究分析之用，不對外發表個別資料，敬請放心！

敬祝

闔家健康快樂

南華大學國際事務與企業學系亞太研究所

指導教授：張子揚 博士

碩士班研究生：李冀鳳 編製

#### 【第一部分：基本資料】（請你依實際情況，在適當的□中打✓）

1. 性別：(1) 男生 (2) 女生
2. 我就讀的年級是幾年級：(1) 五年級 (2) 六年級
3. 我父親的學歷是什麼：(1) 不識字 (2) 小學、識字（未曾就學） (3) 國中以下 (4) 高中、職 (5) 專科 (6) 大學(含技術學院) (7) 研究所以上
4. 我母親的學歷是什麼：(1) 不識字 (2) 小學、識字（未曾就學） (3) 國中以下 (4) 高中、職 (5) 專科 (6) 大學(含技術學院) (7) 研究所以上

## 【第二部分：人格特質量表】

填答說明：此部分共 30 題，以下題目有關個人特質，答案沒有所謂對或錯，請仔細閱讀每一問題後，將最接近你個人實際情形的答案，在□中打✓。請每題都答，謝謝你！

		我 從 不	我 很 少	我 有 時	我 通 常	我 總 是
1.	聰明的	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2.	腦筋靈活的	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3.	愛動腦筋的	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4.	機智的	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
5.	會隨機應變的	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
6.	愛思考的	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
7.	易煩惱的	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
8.	悶悶不樂的	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
9.	情緒不穩的	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
10.	沒安全感的	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
11.	易難過的	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
12.	憂愁的	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
13.	內向的	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
14.	畏縮的	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
15.	膽小的	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
16.	懦弱的	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
17.	文靜的	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
18.	害羞的	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
19.	友善的	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
20.	有愛心的	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
21.	有關心別人的	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
22.	友愛同學的	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
23.	愛幫助人的	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
24.	親切的	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
25.	細心的	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
26.	會自我要求的	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
27.	謹慎的	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

28.	負責任的	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
29.	做事草率的	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
30.	忘東忘西的	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

### 【第三部分：國小休閒參與問卷】

填答說明：此部分共 19 題，下面的題目，每題都有五種不同程度的答案，請依照自己實際從事休閒活動的情況，在適當的□中打✓。請每題都答，謝謝你！

		沒 做 過	很 少 做	偶 而 做	較 常 做	常 常 做
1.	郊遊、爬山	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2.	聽音樂、廣播	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3.	看漫畫、雜誌	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4.	閱讀書報、故事書、小說	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
5.	打電玩、划手機等3C產品	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
6.	上網搜尋資料	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
7.	國內、外旅遊	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
8.	游泳	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
9.	玩籃球、躲避球、羽球等球類	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
10	慢跑、健行	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
11	騎腳踏車	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
12	繪畫、寫書法	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
13	彈鋼琴及其他樂器	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
14	民俗體育（如踢毽子、扯鈴、跳繩）	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
15	逛街、散步	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
16	桌遊（下棋、玩牌....）	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
17	聚會或上網聊天	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
18	拜訪親友	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
19	收集東西（動漫、卡片等）	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

### 【第四部分：休閒滿意量表】

填答說明：此部分共 24 題，下面問題中，每題的後面都有五個不同程度的答案，請小朋友依照題目所說的，選擇一個自己認為適合的答案，在□中打✓。請每題都答，謝謝你！

		非 常 不 同 意	不 同 意	沒 意 見	同 意	非 常 同 意
1.	我的休閒活動非常引起我的興趣	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2.	我的休閒活動讓我有自信心	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3.	我的休閒活動讓我有成就感	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4.	我能運用各種不同的技巧和能力於我的休閒活動中	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
5.	我的休閒活動能夠幫助我增廣見聞	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
6.	我的休閒活動能夠提供我嘗試新事物的機會	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
7.	我的休閒活動幫助我了解自己	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
8.	我的休閒活動幫助我了解其他人	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
9.	透過休閒活動我與別人有社交的互動	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
10.	我的休閒活動幫助我結交知心朋友	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
11.	我在參與休閒活動時，所遇見的人都很友善	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
12.	在空閒時，我常與那些懂得享受休閒的人交往	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
13.	我的休閒活動幫助我身心放鬆	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
14.	我的休閒活動幫助我舒解壓力	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
15.	我的休閒活動有助於我情緒健康	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
16.	我參與休閒活動的原因，僅僅由於自己的喜好	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
17.	我的休閒活動對我的體能很有挑戰性	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
18.	我的休閒活動能夠增加我的體適能	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
19.	我的休閒活動幫助我恢復體力	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
20.	我的休閒活動幫助我保持健康	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

21	我參與休閒活動的場所或地區是乾淨的	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>
22	我是在一個有趣的場所或地區參與我的休閒活動	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>
23	我是在一個漂亮的場所或地區參與我的休閒活動	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>
24	我是在一個經過精心設計的場所或地區參與我的休閒活動	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>

