

南華大學管理學院旅遊管理學系旅遊管理碩士班

碩士論文

Master Program in Tourism Management

Department of Tourism Management

College of Management

Nanhua University

Master Thesis

新冠肺炎疫情對台灣民眾的休閒活動參與及協商策略的影響

A Study of the Impacts of COVID-19 Epidemic on Participation

of Leisure Activity and Negotiation Strategies for Residents in

Taiwan

高渭璜

Wei-Huang Kao

指導教授：于健 博士

Advisor: Chien Yu, Ph.D.

中華民國 111 年 6 月

June 2022

南華大學

管理學院旅遊管理學系旅遊管理碩士班

碩士學位論文

新冠肺炎疫情對台灣民眾的

休閒活動參與及協商策略的影響

A Study of The Impacts of COVID-19 Epidemic on

Participation of Leisure Activity and Negotiation Strategies for

Residents in Taiwan

研究生： 高渭瓊

經考試合格特此證明

口試委員： 劉瑞芬

張偉雄

何

指導教授： 何

系主任(所長)： 許澤宇



口試日期：中華民國 111 年 06 月 16 日

南華大學旅遊管理學系旅遊管理碩士班
110學年度第二學期碩士論文摘要

論文題目：新冠肺炎疫情對台灣民眾的休閒活動參與及協商策略的影響

研究生：高涓璜

指導教授：于健 博士

中文摘要：

本研究透過民眾休閒活動參與的現況，以及協商策略的調查，來探討新冠肺炎(COVID-19)疫情下，民眾的休閒活動參與和疫情前有什麼樣的差異，以及休閒阻礙的協商策略有無不同，並分析之間有無關聯性。以一般民眾為研究對象，採用問卷收集相關資料，做量化的分析探討，問卷回收總計有效問卷 350 份。以獨立樣本 t-test、單因子變異數分析(one-way ANOVA)、成對樣本 t-test、迴歸分析做統計處理。

研究結果發現：

- 一、疫情下民眾的整體休閒活動參與現況，相對疫情前是下降的。在各類中只有「線上休閒性」的參與程度增加。
- 二、疫情下民眾休閒阻礙協商策略使用相對疫情前是下降的，疫情前以「時間協商策略」的使用為最高，疫情後為「技能協商策略」的使用為最高。
- 三、不同背景的民眾在休閒活動參與和休閒阻礙協商策略的使用有顯著差異。
- 四、疫情下民眾的休閒阻礙協商策略對七種類型的休閒活動參與皆有正向影響。對不同類的休閒活動參與，正向影響最大的協商策略各不相同。

關鍵詞：新冠肺炎、休閒活動參與、休閒阻礙協商策略

Title of Thesis: A Study of the Impacts of COVID-19 Epidemic on Participation of Leisure Activity and Negotiation Strategies for Residents in Taiwan

Name of Institute: Master Program in Tourism Management, Department of Tourism Management, College of Management, Nanhua University

Graduate Date: June 2022

Degree Conferred: M.S.

Name of Student: Wei-Huang Kao

Advisor: Chien Yu, Ph.D.

Abstract

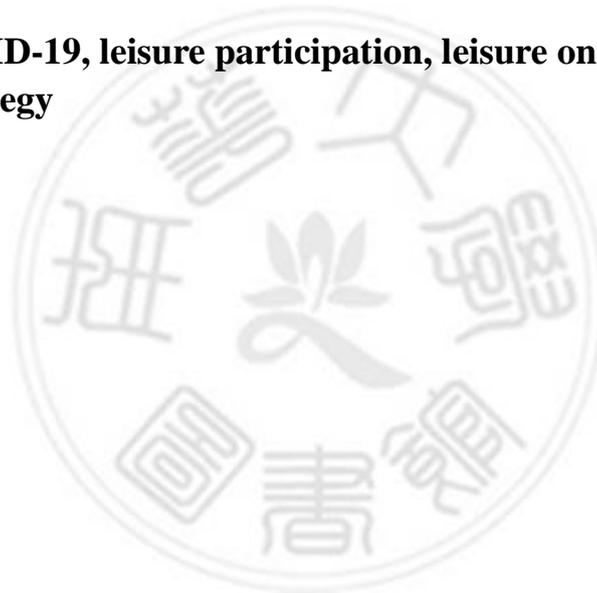
Based on the current situation of people's leisure participation and a research of leisure negotiation strategies conducted in the thesis, the main purpose of this thesis is to explore the difference of people's leisure activity participation and the negotiation strategies before and after the pandemic of COVID-19 and furthermore to analyze whether there is a correlation between them. The research targets the general public as the research object, and a questionnaire was used to collect relevant data and conduct quantitative analysis. A total of 350 valid questionnaires were collected. The statistical processing was performed by independent sample t-test, one-way ANOVA, paired sample t-test, and regression analysis.

Results of the research:

1. Under the epidemic, the “Online Leisure Participation” of the public has increased, while the degree of participation in other types of activities has declined.
2. Under the epidemic, negotiations strategy of leisure constraints has decreased and the use of the "skill negotiation strategy" is the highest, while the use of the “time negotiation strategy” was the highest before epidemic.

3. People with different demographic, including the gender, age, occupation, education level, monthly income and family status, differ in the degree of leisure participation and the negotiations strategy of leisure significantly.
4. Under the epidemic, the negotiations strategy of leisure constraints has a positive impact on leisure participation in seven types of leisure activities, while the negotiation strategy which has the highest positive impact is different for each type of leisure activities.

Keywords: COVID-19, leisure participation, leisure onstraints and negotiations strategy



目錄

中文摘要.....	I
Abstract.....	II
目錄.....	IV
圖目錄.....	VI
表目錄.....	VII
第一章 緒論.....	1
1.1 研究背景與動機.....	1
1.2 研究目的.....	2
1.3 研究流程.....	2
第二章 文獻探討.....	4
2.1 休閒活動參與.....	4
2.1.1 休閒活動參與的定義.....	4
2.1.2 休閒活動參與的種類.....	5
2.2 休閒阻礙協商策略.....	7
2.2.1 休閒阻礙協商策略的定義.....	7
2.2.2 休閒阻礙協商策略的種類.....	8
2.3 休閒阻礙協商策略對休閒活動參與之影響之相關研究.....	10
第三章 研究方法.....	11
3.1 研究架構.....	11
3.2 研究假說.....	12
3.3 研究工具.....	13
3.3.1 問卷的設計.....	13
3.3.2 預試問卷信效度分析.....	19
3.4 研究對象與抽樣方法.....	25
3.5 資料分析方法.....	25
3.5.1 樣本的結構分析.....	26

3.5.2 獨立樣本 T 檢定	26
3.5.3 成對樣本 T 檢定	26
3.5.4 單因子變異數分析	26
3.5.5 迴歸分析	26
第四章 研究結果與討論	27
4.1 樣本特徵	27
4.2 民眾疫情前後休閒活動參與、休閒阻礙協商策略之描述性統計分析	29
4.2.1 民眾疫情前後休閒活動參與之描述性統計分析	29
4.2.2 民眾疫情前後休閒阻礙協商策略之描述性統計分析	31
4.3 不同背景民眾的休閒活動參與、休閒阻礙協商策略之差異分析 ..	35
4.4 疫情前後休閒活動參與、休閒阻礙協商策略之差異分析	67
4.5 民眾的休閒阻礙協商策略對休閒活動參與之影響分析	70
第五章 結論與建議	88
5.1 結論	88
5.1.1 假說驗證	88
5.1.2 民眾休閒活動參與情形	89
5.1.3 民眾休閒阻礙協商策略使用情形	91
5.1.4 民眾的休閒阻礙協商策略對休閒活動參與之影響	93
5.2 建議	94
參考文獻	95
一、中文部分	95
二、英文部分	98
附錄	100
正式問卷	100

圖目錄

圖 1.1 研究流程圖	3
圖 3.1 研究架構圖	11



表目錄

表 2.1 休閒活動分類表	5
表 2.2 休閒阻礙協商策略分類表.....	9
表 3.1 基本資料問卷設計構面量表.....	14
表 3.2 休閒活動參與構面量表	15
表 3.3 休閒阻礙協商策略構面量表.....	16
表 3.4 項目分析摘要表	19
表 3.5 休閒活動參與量表之預試分析.....	22
表 3.6 時間協商策略構面之預試分析.....	23
表 3.7 金錢協商策略構面之預試分析.....	24
表 3.8 技能協商策略構面之預試分析.....	24
表 3.9 人際協商策略構面之預試分析.....	25
表 4.1 基本資料分析表	28
表 4.2(疫情前)民眾休閒活動參與.....	30
表 4.3(疫情後)民眾休閒活動參與.....	31
表 4.4(疫情前)民眾休閒阻礙協商策略.....	32
表 4.5(疫情後)民眾休閒阻礙協商策略.....	34
表 4.6 不同性別民眾對休閒活動參與差異分析摘要表.....	37
表 4.7 不同年齡民眾對休閒活動參與差異分析摘要表.....	39
表 4.8 不同職業民眾對休閒活動參與差異分析摘要表.....	42
表 4.9 不同教育程度民眾對休閒活動參與差異分析摘要表....	46
表 4.10 不同月收入民眾對休閒活動參與差異分析摘要表.....	50
表 4.11 不同家庭狀況民眾對休閒活動參與差異分析摘要表... 53	
表 4.12 不同性別民眾對休閒阻礙協商策略差異分析摘要表... 56	
表 4.13 不同年齡民眾對休閒阻礙協商策略差異分析摘要表... 57	
表 4.14 不同職業民眾對休閒阻礙協商策略差異分析摘要表... 59	
表 4.15 不同教育程度民眾對休閒阻礙協商策略差異分析摘要表	61
表 4.16 不同月收入民眾對休閒阻礙協商策略差異分析摘要表. 64	
表 4.17 不同家庭狀況民眾對休閒阻礙協商策略差異分析摘要表	66
表 4.18 疫情前後休閒活動參與之成對樣本 T 檢定分析摘要表. 67	
表 4.19 疫情前後休閒阻礙協商策略之成對樣本 T 檢定分析摘要 表.....	68
表 4.20 民眾的休閒阻礙協商策略對社交活動性休閒活動參與之	

影響分析摘要表.....	71
表 4.21 民眾的休閒阻礙協商策略對嗜好興趣性休閒活動參與之 影響分析摘要表.....	74
表 4.22 民眾的休閒阻礙協商策略對知識文化性休閒活動參與之 影響分析摘要表.....	76
表 4.23 民眾的休閒阻礙協商策略對運動體能性休閒活動參與之 影響分析摘要表.....	78
表 4.24 民眾的休閒阻礙協商策略對旅遊休憩性休閒活動參與之 影響分析摘要表.....	81
表 4.25 民眾的休閒阻礙協商策略對視聽娛樂性休閒活動參與之 影響分析摘要表.....	83
表 4.26 民眾的休閒阻礙協商策略對線上休閒性休閒活動參與之 影響分析摘要表.....	86
表 5.1 研究假說驗證結果彙整表.....	88



第一章 緒論

本研究旨在探討新冠肺炎疫情下，民眾的休閒活動參與和疫情前有什麼樣的差異，以及休閒阻礙的協商策略有無不同。本章共有三節，以下就研究背景與動機、研究目的和研究流程分別說明。

1.1 研究背景與動機

從 2019 年新冠肺炎(COVID-19)疫情爆發開始，在非常短暫的時間裡，全世界的國家和人民都受到了極大的影響，且至今都未能完全控制下來，在疫情下不只生命健康令人驚慌，民生經濟也受到嚴重衝擊，人們的生活型態也因此有太大的轉變，而在疫情造成的巨大生活壓力下，能夠讓人們感到放鬆的休閒活動顯得格外重要。

二十一世紀是全民休閒活動之世紀，休閒活動在生活中已不可或缺，不論年紀、性別都應該有休閒活動的正確觀念，「休閒」更是人類追求幸福、健康生活的新指標（張少熙，2003）。而如何善加利用時間，從中得到充分的健康、放鬆、滿足、自我成長…等等，是未來重要的課題（葉憲清，1987）。雖然休閒活動對人們如此重要，但在疫情下也是有了重重限制，在 110 年 5 月 19 日，因本土疫情嚴峻，疫情指揮中心宣布全國進入三級警戒，並宣布了許多相關措施，基本上所有離開家門的休閒活動都受到了影響，面對這樣的狀況，民眾選擇休閒活動的類型，相信也會有所不同。

阻礙人們參與休閒活動的因素，稱為休閒阻礙，而在疫情的影響之下，遇到的休閒阻礙因素，相對以往也是多有變化。研究指出，當面臨休閒阻礙時，不一定會造成人們不參與活動，反而會運用休閒阻礙協商策略改善或克服休閒阻礙，並促使人們繼續參與休閒活動。碰上新冠肺炎(COVID-19)疫情如此特殊的情況，想必對休閒阻礙協商策略的運用

也有帶來一定的變化。

結合以上所述，本篇研究透過疫情前後民眾休閒活動參與的情形，以及協商策略使用的調查，來探討新冠肺炎(COVID-19)疫情下，民眾的休閒活動參與是否受疫情影響，以及是否依舊運用休閒阻礙協商策略達成休閒參與，並分析之間有無關聯性，提供民眾參考如何在疫情下維持休閒活動的參與。

1.2 研究目的

本研究旨在探討新冠肺炎疫情下，民眾的休閒活動參與和疫情前有什麼樣的差異，以及休閒阻礙的協商策略有無不同。根據前述研究背景與動機，提出的主要目的為以下幾項：

- (一)了解民眾疫情前後休閒活動參與的情形。
- (二)分析不同背景之民眾在疫情下的休閒活動參與差異情形。
- (三)了解民眾疫情前後的休閒阻礙協商策略。
- (四)分析不同背景之民眾疫情下休閒阻礙協商策略的差異情形。
- (五)探討休閒阻礙協商策略對休閒活動參與的影響。

1.3 研究流程

本研究先依研究背景及動機確定研究目的，接著通過文獻探討建立架構並擬出研究之假設，然後進行問卷設計，回收問卷後，再進行資料分析與統整，最後探討結果並提出建議。流程按照五個章節進行，如圖 1.1 所示。

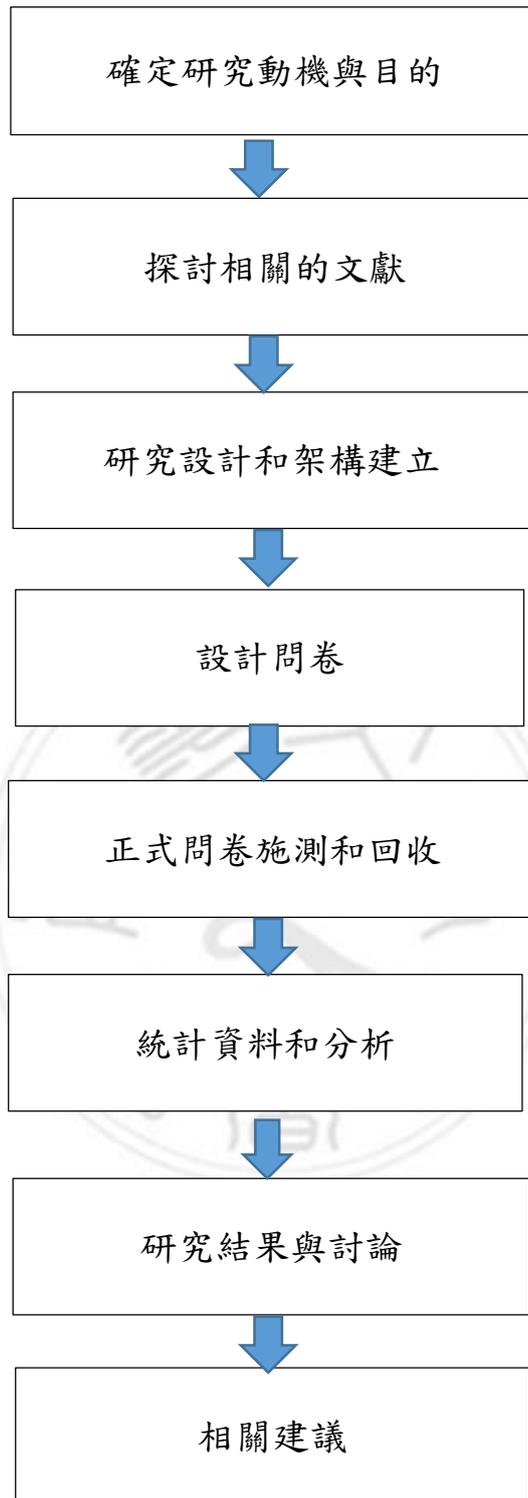


圖 1.1 研究流程圖

資料來源：本研究整理

第二章 文獻探討

本章依據研究動機及目的，照順序整理探討休閒活動參與、休閒阻礙協商策略的國內外相關文獻與理論，以作為本研究的依據。本章分為三節。

2.1 休閒活動參與

2.1.1 休閒活動參與的定義

對休閒活動參與之定義，國內外的學者皆有提出，但對其看法多有不同，Raghd and Griffith(1982)指出休閒活動參與為個體參與休閒活動的頻率、過程和心理體驗，或是個體參與的休閒活動種類。高俊雄（1995）則提出休閒活動參與是必要和義務時間之外，參與某種活動之頻率和情況。張宮熊、林鈺琴（2002）覺得休閒活動參與為個人或群體用自願而非強迫性的方式，自由的選擇活動項目，以滿足自我生理或是心理慾望的非工作性質活動之行為。王天威(2004)認為休閒活動是閒暇時間，在自主、自在、自由之情境下，透過身體以動態方式，從事有益身心活動，以致達成身心平衡的目的。楊燕餘(2006)認為休閒活動參與是在閒暇時間之下自由選擇，所從事有益身心健康與發展性之活動及運動，達到休閒娛樂之效果。梁良淵（2007）的休閒活動參與是指工作之餘的閒暇時間，以自由意願非強迫的方式，進行個人感到興趣的活動。在生理方面達到解除疲勞恢復體力的作用，在心理方面可以感覺到快樂、滿足和獲得成就感。陳宗玄、張瑞琇（2012）的研究指出休閒為一種存在狀態，個體必須先覺察自己與周遭的環境進而利用活動的方式去體驗其中的豐富內涵，是一種自我甚至超越存在經驗。

結合以上所述，本研究休閒活動參與之定義是：「利用自己可掌握的時間下，自由選擇參與的活動，並讓自己獲得滿足得到身心舒暢。」

2.1.2 休閒活動參與的種類

休閒活動涵蓋眾多，動態方面有賽車、拳擊，靜態方面有寫生、花藝；益智類如下棋、桌遊，博奕類方面有遊戲機、麻將；知識性方面有研習、參展，增添生活情趣方面有出國旅遊、烹飪。多位國內外學者皆對休閒活動進行分類，常見之分類方式有三種，分別為主觀分類法、因素分析法及多元尺度評定法。列述如下：張翠珠(2001)

(一)主觀分類法

依研究者對休閒活動的主觀觀點來區分，或依休閒的特性、休閒的目的（娛樂、發展、鬆馳等）或功能來歸類，這也是常見之分類法。

(二)因素分析法

利用電腦統計的方法，按照受測者對休閒活動的興趣及參與程度，把每種休閒活動做分類。

(三)多元尺度評定法

研究者把休閒活動兩兩配對之後，形成多組相對的休閒活動，由受試者根據自己的知覺加以評定，接著分出其因素類型。

以下分析近幾年相關的研究資料，並整理如下表 2.1，作為問卷題項之參考。

表 2.1 休閒活動分類表

研究者	年代	休閒活動分類
梁玉芳	2004	運動健身型、消遣閒逸型、嗜好休憩型、戶外遊憩型、家庭社交型、消遣閒逸型、視聽娛樂型、進修交誼型。
楊怡寧	2007	體育活動類、大眾媒體類、戶外活動類、社交活動類、嗜好活動類、藝文活動類。
江德怡	2007	體能性、社交性、藝文性、消遣性、遊憩性。
周文慶	2009	個人閒逸性、運動健身性、知識藝文性、社交休憩性。

(續下頁)

表 2.1 休閒活動分類表(續)

研究者	年代	休閒活動分類
陳肇華	2009	娛樂類、藝文類、運動類、社交類、消遣類、技藝類。
張雅雯	2011	戶外遊憩型、運動技藝型、社交型、娛樂型、知識文化型。
蔡秀卿	2012	運動健身類、娛樂遊憩類、知識增能類、靜態興趣類、社交服務類。
李怡靚	2013	技藝交誼類、社交活動類、文化學習類、知識藝術類、運動消遣類、視聽欣賞類及戶外遊憩類。
畢偉華	2014	大眾媒體類、知識藝文類、運動健身類、戶外休閒類、人際社交類、嗜好消遣類。
賴幸君	2014	戶外遊憩型、知識文化型、運動及技藝型、社交型、娛樂型。
陳肇堯	2015	運動型、藝文嗜好型、視聽型、益智型、戶外活動型、休憩社交型。
蔡宜靜	2017	運動型、戶外遊憩型、嗜好閒逸型、知識藝文型。
黃長偉	2019	體能運動類、影音娛樂類、社交活動類、知識技能類、戶外遊憩類。

資料來源：本研究整理

由表 2.1 可以發現，不同研究者在各自觀點的研究下，將休閒活動進行了分類，通過整理歸納以上研究，並結合本研究動機與目的，本研究把休閒活動參與重新分為 7 類，分類說明如下：

- (一) 社交活動性：如逛街、親友聚餐、宗教及社團活動、志工服務等。
- (二) 嗜好興趣性：如園藝、烹飪、吃美食、玩桌遊、收集物品等。
- (三) 知識文化性：如閱讀報章、參觀展覽與古蹟、進修、欣賞表演等。
- (四) 運動體能性：如球類、舞蹈、散步慢跑、自由搏擊、騎自行車等。
- (五) 戶外休憩性：如國內外旅遊、登山健行、露營、開車兜風等。
- (六) 視聽娛樂性：如看電視電影、聽音樂會、唱 KTV、看體育競賽等。
- (七) 線上休閒性：如網購、線上手遊、線上博弈、線上追劇、線上健身課程等。

2.2 休閒阻礙協商策略

2.2.1 休閒阻礙協商策略的定義

對於休閒阻礙協商策略的論點，有眾多研究者提出，在人們進行休閒時，其參與程度並非按照是否有阻礙決定，而是依據是否有透過「協商」決定，人們才決定不參與或繼續參與或開始參與。因此，休閒活動參與並非「沒有阻礙」才參與，而是「透過協商」才使其參與，並非放棄參與，反而是經常克服休閒阻礙而達成參與（謝淑芬，2001；賴家馨，2002； Crawford, D. W., Jackson, E. L., & Godbey, G., 1991； Henderson, 1994a； Henderson, et al., 1993； Henderson & Bialeschki, 1993； Jackson et al., 1993； Jackson, 1999； Jackson & Rucks, 1995； Kay & Jackson, 1991； McQuarrie & Jackson, 2002； Scott, 1991）。

Crawford et al. (1991)強調休閒活動參與的情況會因為協商策略而不同。Scott(1999)也提出必須成功地協商休閒阻礙才會產生休閒參與行為，而這種經過協商的休閒阻礙和以前那種不可克服的休閒阻礙是大不相同的，不可視為一體。

Hubbard and Mannell(2001)把參與健身運動的企業員工當研究對象，研究發現當人們遇到休閒阻礙時，反而會促進協商的意願，從而減少參與阻礙的負面影響。

所以本研究休閒阻礙協商策略之定義是：「在面臨休閒阻礙時所採用的協商策略，以克服休閒阻礙而達成休閒活動的參與，協商策略成功的結果是參與休閒活動。」

2.2.2 休閒阻礙協商策略的種類

個人休閒活動參與情形，會受到各種可能的影響。即是依個人所採取的休閒阻礙協商策略而會有不同的參與結果。

Jackson et al.(1993)將休閒阻礙協商策略分成認知性的協商策略與行為性的協商策略，行為性的協商策略又分為時間的管理、技能的學習、人際間關係、改善經濟財務上的問題。

其他研究者還有如 Scott(1991)發表的三個策略為從現有機會中獲得資訊、計畫表的調整、技能的學習以便進而參與較高階的休閒活動。Kay and Jackson(1991)利用時間及金錢阻礙協商策略來調整時間上阻礙及金錢上的阻礙。

Samdahl and Jekubovich(1993)根據時間、金錢、健康與社會關係四種阻礙而發展出人們如何協商改變工作計畫和生活規劃以選擇適合休閒的活動。Jackson and Rucks(1995)驗證認知性及行為性(休閒及非休閒)的策略，行為性的策略又分為 1.時間的管理 2.技能的獲得 3.改變人際間關係 4.改善財務狀況 5.生理治療 6.改變對休閒的渴望 7.其他。

Hubbard and Mannell(2001)則採用的協商策略有四種：時間阻礙協商策略 (time management)、金錢阻礙協商策略 (financial resources and strategies)、技能阻礙協商策略 (skill acquisition) 與人際阻礙協商策略 (interpersonal coordination)。謝淑芬 (2001) 也參考 Kay and Jackson(1991)之文獻採取時間及金錢阻礙協商策略。

本研究將國內外學者對於休閒阻礙協商策略之分類，整理如下表 2.2，作為問卷題項之參考。

表 2.2 休閒阻礙協商策略分類表

研究者	年代	休閒阻礙協商策略分類
Scott	1991	獲取相關資訊和機會、調整計畫表、學習新的技能。
Kay與 Jackson	1991	時間協商策略、金錢協商策略。
Hubbard 與 Mannell	2001	時間管理、金錢管理、技能改善、人際關係管理。
White	2008	改變人際關係、調整休閒渴望、改善經濟狀況。
林維榕與 李明儒	2011	改變人際關係、增進技巧、改善財務狀況
張富源	2013	個人內在協商、人際間、財務
魏妍儀	2014	金錢協商策略、時間協商策略、人際協商策略、技能協商策略
翁燈景	2014	改變人際關係、增進技能、改善財務狀況
王嫻語	2018	時間管理、金錢管理、技能改善、人際關係管理、其他

資料來源：本研究整理

由表 2.2 可以發現，不同研究者對於休閒阻礙協商策略的分類，都有些許不同，通過整理歸納以上研究，並結合本研究之動機與目的，本研究參考魏妍儀(2014) 的量表整理修訂而成，將協商策略構面區分為金錢協商策略、時間協商策略、人際協商策略及技能協商策略。

2.3 休閒阻礙協商策略對休閒活動參與之影響之相關研究

Crawford et al. (1991)提出參加休閒活動的人，是透過協商策略的運用去降低休閒阻礙，以達成參與休閒活動。Hubbard 與Mannell(2001)對健身的員工進行研究，發現遇到休閒阻礙時，協商策略的運用會提高，已削減面對的休閒阻礙。Beggs,Elkins 與 Powers(2005)針對大學生的校園休閒運動障礙協商進行相關調查，研究結果表示大學生常運用協商策略，去學習新技巧或改進技巧進而去參與活動。

國內近年也有相關議題的研究，林濰榕、李明儒（2011）驗證White(2008)所提出的阻礙協商模式，以大學生參與水域遊憩做研究，發現當個人的協商效能提高，也會顯著提高其參與動機與協商策略之利用，且會減少所遇到的阻礙。陳文喜、葉時碩、葉依函（2009）對水肺潛水參與者進行研究，調查他們運用協商策略來克服休閒阻礙的情況，研究結果表示休閒阻礙對於休閒參與有顯著的負向影響；休閒協商策略對於休閒參與有顯著的正向影響。

休閒阻礙協商策略對休閒活動參與之影響的相關研究並不算多，但從這些國內外文獻可以發現，研究都有得到類似的結果，相較於休閒阻礙，休閒阻礙協商策略對於休閒活動參與有正向的影響，使人們能克服阻礙進而參與休閒活動。

第三章 研究方法

3.1 研究架構

依據前一章文獻探討為基礎，建立研究假設如下圖 3.1，主要探討不同背景變數的民眾疫情前後休閒活動參與的現況，以及疫情前後休閒阻礙協商策略的現況；接著用民眾之人口背景變數、休閒阻礙協商策略做為自變項，休閒活動參與的 7 個分類為依變項進行迴歸分析，探討這些自變項對休閒活動參與的 7 個分類的影響。



圖 3.1 研究架構圖

資料來源：本研究整理

3.2 研究假說

依據本研究的目的，提出本研究的假說如下：

H1：不同背景的民眾在疫情下休閒活動參與的類型有顯著差異。

H1.1：不同性別的民眾在疫情下休閒活動參與的類型有顯著差異。

H1.2：不同年齡的民眾在疫情下休閒活動參與的類型有顯著差異。

H1.3：不同職業的民眾在疫情下休閒活動參與的類型有顯著差異。

H1.4：不同教育程度的民眾在疫情下休閒活動參與的類型有顯著差異。

H1.5：不同月收入的民眾在疫情下休閒活動參與的類型有顯著差異。

H1.6：不同家庭狀況的民眾在疫情下休閒活動參與的類型有顯著差異。

H2：不同背景的民眾在疫情下的休閒阻礙協商策略有顯著差異。

H2.1：不同性別的民眾在疫情下的休閒阻礙協商策略有顯著差異。

H2.2：不同年齡的民眾在疫情下的休閒阻礙協商策略有顯著差異。

H2.3：不同職業的民眾在疫情下的休閒阻礙協商策略有顯著差異。

H2.4：不同教育程度的民眾在疫情下的休閒阻礙協商策略有顯著差異。

H2.5：不同月收入的民眾在疫情下的休閒阻礙協商策略有顯著差異。

H2.6：不同家庭狀況的民眾在疫情下的休閒阻礙協商策略有顯著差異。

H3：民眾的休閒阻礙協商策略對疫情下休閒活動參與有顯著相關。

H3.1：民眾的休閒阻礙協商策略對疫情下社交活動性休閒活動參與有顯著相關。

H3.2: 民眾的休閒阻礙協商策略對疫情下嗜好興趣性休閒活動參與有顯著相關。

H3.3: 民眾的休閒阻礙協商策略對疫情下知識文化性休閒活動參與有顯著相關。

H3.4: 民眾的休閒阻礙協商策略對疫情下運動體能性休閒活動參與有顯著相關。

H3.5: 民眾的休閒阻礙協商策略對疫情下旅遊休憩性休閒活動參與有顯著相關。

H3.6: 民眾的休閒阻礙協商策略對疫情下視聽娛樂性休閒活動參與有顯著相關。

H3.7: 民眾的休閒阻礙協商策略對疫情下線上休閒性休閒活動參與有顯著相關。

3.3 研究工具

3.3.1 問卷的設計

根據研究目的以及相關文獻的整理，並與專家學者討論進行問卷設計。問卷構面和題目的設計分為三大部分，包含受訪對象的個人基本資料、疫情前後休閒活動參與的類型及疫情前後休閒阻礙協商策略的相關情形。說明如下：

一、個人基本資料

本研究想探討不同背景的民眾在新冠肺炎疫情下，休閒活動參與和疫情前有什麼樣的差異，以及休閒阻礙的協商策略有無不同，因此問卷的第一部分是民眾的「基本資料」，包括：性別、年齡、職業、教育程度、月收入、家庭狀況，見表 3.1：

表 3.1 基本資料問卷設計構面量表

變項	題項	選項
個人基本資料	1.性別	男、女
	2.年齡	20歲以下、21-30歲、31-40歲、41-50歲及51歲以上
	3.教育程度	高中職含以下、專科、大學及研究所含以上
	4.職業	學生、軍公教、製造業、金融業、服務業、家管及其他
	5.月收入	3 萬以下、30001-50000、50001-70000、7 萬以上
	6. 家庭狀況	未婚、已婚、已婚(有小孩)

資料來源:本研究整理

二、休閒活動參與量表之構面及題項

本研究認為休閒活動參與是利用自己可掌握的時間下，自由選擇參與的活動。

不同研究者在各自觀點的研究下，將休閒活動進行了分類，通過整理歸納以上研究，並結合本研究動機與目的，本研究決定以主觀分類法，把休閒活動參與重新分為 7 類，並分為疫情前和疫情後。

受測者依最接近個人平時的做法作答，並使用李克特 (Likert) 的尺度量表，每題有五個選項，分別是「完全沒有」、「很少參與」、「有時參與」、「常常參與」及「總是參與」，其給分方式依序為 1-5 分，所有題項皆是正向計分題。題項分述如下表 3.2：

表 3.2 休閒活動參與構面量表

變項	定義	構面	題項	測量 尺度
休閒 活動 參與 是利 用自 己可 掌握 的時 間 下， 自由 選擇 參與 的活 動。		社交活動性(1.逛街購物 2.親友聚餐，聚會 3.宗教活動 4.社團活動(民間社團)5.志工服務)	A1-1 疫情前	Likert 五等
			A1-2 疫情後	
		嗜好興趣性(1.園藝 2.樂器演奏 3.烹飪 4.手工藝 5.吃美食 6.玩桌遊 7.繪畫 8.收集物品)	A2-1 疫情前	
			A2-2 疫情後	
		知識文化性(1.閱讀書報雜誌 2.參觀展覽 3.欣賞表演 4.參觀名勝古蹟 5.進修與研究)	A3-1 疫情前	
			A3-2 疫情後	
		運動體能性(1.球類 2.舞蹈 3.馬拉松 4.水上活動 5.技擊類(拳擊、自由搏擊)6.健身 7.賽車)	A4-1 疫情前	
			A4-2 疫情後	
		旅遊休憩性(1.登山、健行 2.國內外旅遊 3.露營、烤肉 4.泡溫泉 5.騎重機 6.開車兜風)	A5-1 疫情前	
			A5-2 疫情後	
		視聽娛樂性(1.看電視 2.去電影院看電影 3.聽音樂 4.唱歌 5.聽演唱會 6.觀看體育競賽)	A6-1 疫情前	
			A6-2 疫情後	
		線上休閒性(1.網路購物 2.線上遊戲、手遊 3.線上博弈 4.網路追劇、電影 5.線上健身課程)	A7-1 疫情前	
			A7-2 疫情後	

資料來源:本研究整理

三、休閒阻礙協商策略量表之構面及題項

本研究休閒阻礙協商策略之定義是指在面臨休閒阻礙時所採用的協商策略，以克服休閒阻礙而達成休閒活動的參與，協商策略成功的結果是參與休閒活動。

不同研究者對於休閒阻礙協商策略的分類，都有些許不同，通過整理歸納以上研究，並結合本研究動機與目的，本研究將協商策略構面分為時間協商策略、金錢協商策略、技能協商策略、人際協商策略，並分為疫情前和疫情後。

受測者依最接近個人平時的做法作答，並使用李克特（Likert）的尺度量表，每題有五個選項，分別是「非常不同意」、「不同意」、「普通」、「同意」及「非常同意」，其給分方式依序為 1-5 分，題項分述如下表 3.3：

表 3.3 休閒阻礙協商策略構面量表

變項	定義	構面	題項	測量 尺度
休閒 阻礙 協商 策略	面臨休閒阻礙時所採用的協商策略，以克服休閒阻礙而達成休閒活動的參與。	時間 協商 策略	B1-1(疫情前)我會抽空參加休閒活動。	Likert 五等
			B1-2(疫情後)我會抽空參加休閒活動。	
			B2-1(疫情前)我進行休閒活動，會避免人潮聚集。	
			B2-2(疫情後)我進行休閒活動，會避免人潮聚集。	
			B3-1(疫情前)有空閒時間時，我會將休閒活動列為優先處理的事。	
			B3-2(疫情後)有空閒時間時，我會將休閒活動列為優先處理的事。	

(續下頁)

表 3.3 休閒阻礙協商策略構面量表(續)

變項	定義	構面	題項	測量 尺度
休閒 阻礙 協商 策略	面臨休閒 阻礙時所 採用的協 商策略， 以克服休 閒阻礙而 達成休閒 活動的參 與。	時 間 協 商 策 略	B4-1(疫情前)我會趕快把工作完成，以便有多餘的休閒時間。	Likert 五等
			B4-2(疫情後)我會趕快把工作完成，以便有多餘的休閒時間。	
			B5-1(疫情前)我會為了參加休閒活動而改變我的作息時間（如早起或晚睡等）	
			B5-2(疫情後)我會為了參加休閒活動而改變我的作息時間（如早起或晚睡等）	
		金 錢 協 商 策 略	B6-1(疫情前)我參加比較不花錢的休閒活動。	
			B6-2(疫情後)我參加比較不花錢的休閒活動。	
			B7-1(疫情前)我會向別人借設備以利參加休閒活動。	
			B7-2(疫情後)我會向別人借設備以利參加休閒活動。	
			B8-1(疫情前)我會租用設備參加休閒活動。	
			B8-2(疫情後)我會租用設備參加休閒活動。	
B9-1(疫情前)我會嘗試規劃財務以利參加休閒運動。				
B9-2(疫情後)我會嘗試規劃財務以利參加休閒運動。				
B10-1(疫情前)我會利用替代設備(如跑步機)進行休閒活動。				
B10-2(疫情後)我會利用替代設備(如跑步機)進行休閒活動。				

(續下頁)

表 3.3 休閒阻礙協商策略構面量表(續)

變項	定義	構面	題項	測量 尺度
休閒 阻礙 協商 策略	面臨休閒 阻礙時所 採用的協 商策略， 以克服休 閒阻礙而 達成休閒 活動的參 與。	技 能 協 商 策 略	B11-1(疫情前)我會自學以改善技巧(看書、搜尋影片)。	Likert 五等
			B11-2(疫情後)我會自學以改善技巧(看書、搜尋影片)。	
			B12-1(疫情前)我會向別人請教以改善技巧。	
			B12-2(疫情後)我會向別人請教以改善技巧。	
			B13-1(疫情前)我會上線上課程以便學習技巧。	
			B13-2(疫情後)我會上線上課程以便學習技巧。	
			B14-1(疫情前)我會上實體課程以便學習技巧。	
			B14-2(疫情後)我會上實體課程以便學習技巧。	
			B15-1(疫情前)我會在家自我訓練維持技能。	
			B15-2(疫情後)我會在家自我訓練維持技能。	
	人 際 協 商 策 略	B16-1(疫情前)我找有類似興趣的朋友或網友一起參加休閒活動。		
		B16-2(疫情後)我找有類似興趣的朋友或網友一起參加休閒活動。		
		B17-1(疫情前)我和同年齡層的朋友一起參加休閒活動。		
		B17-2(疫情後)我和同年齡層的朋友一起參加休閒活動。		
		B18-1(疫情前)我找同事一起參加休閒活動。		
		B18-2(疫情後)我找同事一起參加休閒活動。		
		B19-1(疫情前)我和朋友一起安排交通工具。		
		B19-2(疫情後)我和朋友一起安排交通工具。		
		B20-1(疫情前)我會答應朋友的邀約參加休閒活動。		
		B20-2(疫情後)我會答應朋友的邀約參加休閒活動。		

資料來源:本研究整理

3.3.2 預試問卷信效度分析

為確認本問卷設計用來預測本研究行為模式的題項是否具有可靠性，在 111 年 1 月發放預試問卷，問卷回收整理並刪除無效問卷後，共有 120 份進行項目分析、因素分析與信度分析，確保問卷可信度。

一、項目分析

將預試問卷回收後，通過項目分析的極端組檢驗法做出每個題項不同受測者的反應程度，接著找出高分組與低分組，以獨立樣本 t 檢定檢驗二組在每個題項的差異情形，如果每個題項的決斷值(critical ratio)值達顯著水準，表示能區別不同受試者之反應的程度，將題目保留；反之，如檢定結果未達顯著性，則進行題項的刪除。分析結果二個量表，皆達顯著水準，故題目皆保留。分析結果如下表 3.4：

表 3.4 項目分析摘要表

變項	題項	t 值	p 值	備註
休閒活動參與	A1. 社交活動性	-10.384	0.000***	保留
	A2. 嗜好興趣性	-11.038	0.000***	保留
	A3. 知識文化性	-5.507	0.000***	保留
	A4. 運動體能性	-9.214	0.000***	保留
	A5. 旅遊休憩性	-7.875	0.000***	保留
	A6. 視聽娛樂性	-8.473	0.000***	保留
	A7. 線上休閒性	-5.940	0.000***	保留

(續下頁)

表 3.4 項目分析摘要表(續)

變項	題項	t 值	p 值	備註
休閒 阻礙 協商 策略	B1.我會抽空參加休閒活動。	-9.752	0.000***	保留
	B2.我進行休閒活動，會避免人潮聚集。	-3.875	0.000***	保留
	B3.有空閒時間時，我會將休閒活動列為優先處理的事。	-10.970	0.000***	保留
	B4.我會趕快把工作完成，以便有多餘的休閒時間。	-9.602	0.000***	保留
	B5.我會為了參加休閒活動而改變我的作息時間（如早起或晚睡等）	-10.485	0.000***	保留
	B6.我參加比較不花錢的休閒活動。	-7.150	0.000***	保留
	B7.我會向別人借設備以利參加休閒活動。	-11.155	0.000***	保留
	B8.我會租用設備參加休閒活動。	-8.949	0.000***	保留
	B9.我會嘗試規劃財務以利參加休閒運動。	-6.685	0.000***	保留
	B10.我會利用替代設備(如跑步機)進行休閒活動。	-10.023	0.000***	保留
	B11.我會自學以改善技巧(看書、搜尋影片)。	-9.713	0.000***	保留
	B12.我會向別人請教以改善技巧。	-9.236	0.000***	保留
	B13.我會上線上課程以便學習技巧。	-11.373	0.000***	保留
	B14.我會上實體課程以便學習技巧。	-9.365	0.000***	保留
	B15.我會在家自我訓練維持技能。	-8.590	0.000***	保留

(續下頁)

表 3.4 項目分析摘要表(續)

變項	題項	t 值	p 值	備註
休閒 阻礙 協商 策略	B16.我找有類似興趣的朋友或網友 一起參加休閒活動。	-11.628	0.000***	保留
	B17 我和同年齡層的朋友一起參加 休閒活動。	-12.153	0.000***	保留
	B18 我找同事一起參加休閒活動。	-10.870	0.000***	保留
	B19 我和朋友一起安排交通工具。 B20 我會答應朋友的邀約參加休閒 活動。	-12.718 -11.271	0.000*** 0.000***	保留 保留

資料來源:本研究整理

二、因素分析

本研究將前測有效問卷回收後進行驗證性因素分析(CFA)，主要用來檢驗一個量表發展完以後是否特定的指標(題項)都能歸到理論預期的各向度之下，主要是理論驗證的目的。基本假定是獨特因素中互相獨立且是多變項常態分配，共同因素間互相獨立而且變異數是 1，共同因素和獨特因素間互相獨立。

(一)休閒活動參與量表之預試分析

依據因素分析的結果所有題項皆能保留，構面內的題項之因素負荷量皆大於 0.4，解釋變異量為 63.304%，而 Cronbach's α 值達 0.815，信度大於 0.7 顯示資料的信度良好，見表 3.5：

表 3.5 休閒活動參與量表之預試分析

變項	題項	共同性	解釋變異量 (%)	Cronbach's α
休 閒 活 動 參 與	A7.線上休閒性(1.網路購物 2.線上遊 戲、手遊 3.線上博弈 4.網路追劇、電影 5.線上健身課程)	0.786	63.304	0.815
	A6.視聽娛樂性(1.看電視 2.去電影院看 電影 3.聽音樂、廣播 4.KTV 唱歌 5.聽 演唱會 6.觀看體育競賽)	0.713		
	A2.嗜好興趣性(1.園藝 2.樂器演奏 3.烹 飪 4.手工藝 5.吃美食 6.玩桌上遊戲 7. 繪畫、書法 8.收集物品)	0.702		
	A1.社交活動性(1.逛街購物 2.親友聚 餐，聚會 3.宗教活動 4.社團活動(民間 社團)5.志工服務)	0.593		
	A3.知識文化性(1.閱讀書報雜誌 2.參觀 展覽 3.欣賞表演 4.參觀名勝古蹟 5.進 修與研究)	0.571		
	A5.旅遊休憩性(1.登山、健行 2.國內外 旅遊 3.露營、烤肉 4.泡溫泉 5.騎重機 6. 開車兜風)	0.546		
	A4.運動體能性(1.球類運動 2.各類舞蹈 3.散步、慢跑、馬拉松 4.水上活動 5.技 擊類(拳擊、跆拳道、自由搏擊)6.健身、 瑜珈 7.賽車、騎自行車)	0.520		

資料來源:本研究整理

(二)休閒阻礙協商策略量表之預試分析

本研究將休閒阻礙協商策略分成四個構面，分別為：時間協商策略、金錢協商策略、技能協商策略、人際協商策略

1. 時間協商策略

依據因素分析的結果所有題項皆能保留，構面內的題項之因素負荷量皆大於 0.4，解釋變異量為 71.351%，而 Cronbach's α 值達 0.700，信度大於 0.7 顯示資料的信度良好，見表 3.6：

表 3.6 時間協商策略構面之預試分析

構面	題項	共同性	解釋變異量 (%)	Cronbach's α
時間協商策略	B2.我進行休閒活動，會避免人潮聚集	0.978	71.351	0.700
	B1.我會抽空參加休閒活動。	0.745		
	B4.我會趕快把工作完成，以便有多餘的休閒時間。	0.651		
	B3.有空閒時間時，我會將休閒活動列為優先處理的事。	0.646		
	B5.我會為了參加休閒活動而改變我的作息時間（如早起或晚睡等）	0.547		

資料來源:本研究整理

2. 金錢協商策略

依據因素分析的結果來刪除 2 題不當題目，分別為 B6 我參加比較不花錢的休閒活動、B9 我會嘗試規劃財務以利參加休閒運動。最後保留的題項，構面內的題項的因素負荷量皆大於 0.4，解釋變異量為

70.837%，而 Cronbach's α 值達 0.788，信度大於 0.7 顯示資料的信度良好，見表 3.7：

表 3.7 金錢協商策略構面之預試分析

構面	題項	共同性	解釋變異量 (%)	Cronbach's α
金錢協商策略	B7.我會向別人借設備以利參加休閒活動。	0.828		
	B8.我會租用設備參加休閒活動。	0.791	70.837	0.788
	B10.我會利用替代設備(如跑步機)進行休閒活動。	0.506		

資料來源:本研究整理

3. 技能協商策略

依據因素分析的結果所有題項皆能保留，構面內的題項之因素負荷量皆大於 0.4，解釋變異量為 64.902%，而 Cronbach's α 值達 0.863，信度大於 0.7 顯示資料的信度良好，見表 3.8：

表 3.8 技能協商策略構面之預試分析

構面	題項	共同性	解釋變異量 (%)	Cronbach's α
技能協商策略	B11.(我會自學以改善技巧(看書、搜尋影片)。	0.708		
	B13.我會上線上課程以便學習技巧。	0.697		
	B12.我會向別人請教以改善技巧。	0.654	64.902	0.863
	B14.我會上實體課程以便學習技巧。	0.626		
	B15.我會在家自我訓練維持技能。	0.560		

資料來源:本研究整理

4. 人際協商策略

依據因素分析的結果所有題項皆能保留，構面內的題項之因素負荷量皆大於 0.4，解釋變異量為 67.954%，而 Cronbach's α 值達 0.876，信度大於 0.7 顯示資料的信度良好，見表 3.9：

表 3.9 人際協商策略構面之預試分析

構面	題項	共同性	解釋變異量 (%)	Cronbach's α
人際協商策略	B17.我和同年齡層的朋友一起參加休閒活動。	0.772	67.954	0.876
	B20.我會答應朋友的邀約參加休閒活動。	0.754		
	B19.我和朋友一起安排交通工具。	0.664		
	B16.我找有類似興趣的朋友或網友一起參加休閒活動。	0.660		
	B18.我找同事一起參加休閒活動。	0.548		

資料來源:本研究整理

3.4 研究對象與抽樣方法

本研究以一般社會大眾做為抽樣調查對象。以方便抽樣法進行問卷調查，問卷採用紙本問卷和網路問卷的方式，完成預試問卷後，於 111 年 2-3 月，進行正式問卷，收回 353 份問卷，有效問卷 350 份。問卷收回後，接著資料整理分析和討論，並依照研究之結論，提出建議和後續研究的方向。

3.5 資料分析方法

本研究的正式問卷使用樣本的結構分析、獨立樣本 T 檢定、成對樣本

T檢定、單因子變異數分析和迴歸分析進行各項資料的檢定，說明如下：

3.5.1 樣本的結構分析

用次數分配、百分比、平均數及標準差來分析受測者的基本資料、疫情前後休閒活動參與情形、疫情前後休閒阻礙協商策略的狀況，了解受測者的背景資料及各項資料的分布狀況。

3.5.2 獨立樣本 T 檢定

獨立樣本 T 檢定主要用來檢驗兩組相互獨立的資料是否具有顯著差異，本研究用來檢定受試者的性別，在休閒活動參與、休閒阻礙協商策略上有無顯著差異情形。

3.5.3 成對樣本 T 檢定

成對樣本 T 檢定是用來檢定成對樣本間的平均值在統計學上是否有顯著差異，本研究用來檢定民眾在疫情前後參與休閒活動的選擇、以及對於休閒阻礙的協商策略，有沒有顯著的差異。

3.5.4 單因子變異數分析

單因子變異數分析主要在分析不同變項(變項為三類或是三類以上)在各個構面上是否具有顯著差異。本研究用來檢定受試者的年齡、職業、教育程度、月收入、家庭狀況，在休閒活動參與、休閒阻礙協商策略的差異情形，若單因子變異數分析達 0.05 顯著水準，再以 LSD 進行事後比較。

3.5.5 迴歸分析

迴歸分析(regression) 是一種用來分析變數與變數之間關係的工具，目的在於了解兩個或多個變數間是否相關、相關方向與強度，探討自變數(x)和依變數(y)間的線性關係，透過建立迴歸模型，推論與預測研究者感到興趣的變數(y)。本研究用來檢定對於休閒活動參與的選擇是否受到休閒阻礙協商策略的影響，並檢驗哪個構面有比較大的影響力。

第四章 研究結果與討論

本章就研究的樣本資料進行分析、將分析後的結果加以說明，並把分析之數據資料加以討論，用以檢驗研究假設與研究之目的。

4.1 樣本特徵

一、背景資料分析

本研究的人口背景變項包含：「性別」、「年齡」、「職業」和「教育程度」、「月收入」、「家庭狀況」等 6 項，進行資料分析，其中月收入中「9 萬以上」的人數過少，若單獨進行變異數分析，差異可能過大，因此本研究在月收入的區分上，將「9 萬以上」的人數併入「7-9 萬」，並將名稱更改為「7 萬以上」，詳細統計資料如下表 4.1，說明如下：

- (1) 性別：受訪對象以女性居多，占 67.1%(235 人)，男性有 115 人，占 32.9%。
- (2) 年齡：受訪對象的年齡以 21~30 歲為最多，占 46.6%(163 人)；再來是 31~40 歲，占 33.1%(116 人)；而 41~50 歲占 15.4%(54 人)；51 歲以上，占 4.9%(17 人)其中 31~50 歲共占 79.2%(134 人)。
- (3) 職業：受訪對象的職業以「軍公教」為最多，占 36.6%(128 人)，其次是「服務業」，占 21.4%(75 人)。
- (4) 教育程度：受訪對象的教育程度以專科或大學畢業以上最多，占 56.3%(197 人)，研究所(含以上)占 37.4%(131 人)，高中職以下占 6.3%(22 人)，顯示受訪者大多數擁有高等教育程度。
- (5) 月收入：受訪對象的月收入以 30001-50000 為最多，占 33.4%(117 人)，最低為 7 萬以上，占 17.4%(61 人)，顯示受訪者的收入分布較平均。

(6) 家庭狀況：受訪對象的家庭狀況以未婚的人數最多，占 58%(203 人)，其次為已婚(有小孩)，占 29.1%(102 人)。

根據資料分析顯示，本次研究的受測樣本女性居多，近半數的受訪者年齡介於 21-30 歲之間，而九成以上受試者擁有較高的學歷，職業三成六是軍公教人員，月收入分布較平均，家庭狀況有半數以上為單身。

表 4.1 基本資料分析表

n=350

變項	類別	人數	百分比%
性別	男	115	32.9
	女	235	67.1
年齡	21~30 歲	163	46.6
	31~40 歲	116	33.1
	41~50 歲	54	15.4
	50 歲以上	17	4.9
職業	學生	42	12.0
	軍公教	128	36.6
	製造業	37	10.6
	服務業	84	24.0
	家管	13	3.7
	其他	46	13.1
教育程度	高中職(含以下)	22	6.3
	專科，大學	197	56.3
	研究所(含以上)	131	37.4

(續下頁)

表 4.1 基本資料分析表(續)

n=350

變項	類別	人數	百分比%
月收入	3 萬以下	99	28.3
	30001-50000	117	33.4
	50001-70000	73	20.9
	7 萬以上	61	17.4
家庭狀況	未婚	203	58.0
	已婚	45	12.9
	已婚(有小孩)	102	29.1

資料來源:本研究整理

4.2 民眾疫情前後休閒活動參與、休閒阻礙協商策略之描述性統計分析

本節針對受測者的「休閒活動參與」、「休閒阻礙協商策略」的平均數和標準差進行敘述性分析，主要是探討樣本在不同研究變項的反應情形。研究採用李克特的五等評量尺度來計分，平均數能反應變項的集中情況，標準差能發現受訪者對題項看法的差異程度，數值愈大代表受測者的看法有較大的差異性；相反的，數值越小則表示受測者的有較一致的看法。

4.2.1 民眾疫情前後休閒活動參與之描述性統計分析

一、疫情前民眾之休閒活動參與

本研究採用之「休閒活動參與量表」共有 7 題，每個題目皆用 Likert 五點量表計分，依一般民眾在「休閒活動參與量表」上各構面及整體總分之平均數、標準差與每題平均得分之數據進行討論，以了解民眾在疫情前休閒活動參與的情形，和疫情後休閒活動參與的現況。

由表 4.2 得知，受訪者在疫情前休閒活動參與在總量表上得分平均數為 3.26，即休閒活動參與程度屬於中等（標準差為 0.66）。各構面之平均數介於 3.04 到 3.56 之間，依平均數由高到低排列，受訪者疫情前之休閒活動參與以「社交活動性」最高，平均數為 3.56；接下來依序為「線上休閒性」，平均數為 3.45；「視聽娛樂性」平均數為 3.28；「嗜好興趣性」平均數為 3.24；「旅遊休憩性」平均數為 3.21；「運動體能性」平均數為 3.05 而在「知識文化性」休閒活動參與最低，平均數為 3.04。

表 4.2(疫情前)民眾休閒活動參與

變項	題項	平均數	標準差	排名	平均
休 閒 活 動 參 與	A1-1.社交活動性	3.56	0.870	1	3.26
	A2-1.嗜好興趣性	3.24	0.920	4	
	A3-1.知識文化性	3.04	0.862	7	
	A4-1.運動體能性	3.05	1.120	6	
	A5-1.旅遊休憩性	3.21	0.911	5	
	A6-1.視聽娛樂性	3.28	0.940	3	
	A7-1.線上休閒性	3.45	1.008	2	

資料來源:本研究整理

二、疫情後民眾之休閒活動參與

由表 4.3 得知，受訪者在疫情後休閒活動參與在總量表上得分平均數為 2.51，即休閒活動參與程度屬於中等以下（標準差為 0.63）。各構面之平均數介於 2.15 到 3.61 之間，依平均數由高到低排列，受訪者疫情前之休閒活動參與以「線上休閒性」最高，平均數為 3.61；接下來依序為「社交活動性」，平均數為 2.49；「嗜好興趣性」平均數為 2.46；「運動體能性」平均數為 2.33；「旅遊休憩性」、「運動體能性」平均數皆為 2.25；而在「知識文化性」之休閒活動參與最低，平均數為 2.15。

從資料可知，疫情後，除了線上休閒性的平均數增加，受訪者在其餘 6 類的休閒活動參與，都呈現下降的情形。

表 4.3(疫情後)民眾休閒活動參與

變項	題項	平均數	標準差	排名	平均
休 閒 活 動 參 與	A1-2.社交活動性	2.49	0.862	2	2.51
	A2-2.嗜好興趣性	2.46	0.888	3	
	A3-2.知識文化性	2.15	0.827	6	
	A4-2.運動體能性	2.33	1.031	4	
	A5-2.旅遊休憩性	2.25	0.899	5	
	A6-2.視聽娛樂性	2.25	0.980	5	
	A7-2.線上休閒性	3.61	1.070	1	

資料來源:本研究整理

4.2.2 民眾疫情前後休閒阻礙協商策略之描述性統計分析

一、疫情前民眾之休閒阻礙協商策略

在休閒協商策略量表部分，本研究採用之「休閒阻礙協商策略量表」分為四個構面，共有18題，每個題目也採用 Likert 五點量表計分，由「非常不同意」到「非常同意」分別是1到5的分數，當分數越高，則表示受測者使用此題項的休閒阻礙協商策略的機率越高。由描述性統計結果得知，疫情前休閒阻礙協商策略量表整體的平均值為 3.29，標準差為 0.57。各構面之平均數介於2.94到3.49之間，依平均數由高到低排列，疫情前民眾休閒阻礙協商策略使用以「時間協商策略」最高，平均數為3.49；接下來依序為「人際協商策略」，平均數為3.47；「技能協商策略」平均數為3.24；而在「金錢協商策略」之使用為最低，平均數為 2.94。而從子題項來看，平均值最高的是「我會抽空參加休閒活動」，其次為「我會趕快把工作完成，以便有多餘的休閒時間」、「我會答應朋友的

邀約參加休閒活動」、「我和同年齡層的朋友一起參加休閒活動」。

其中分數差異最多為「我和朋友一起安排交通工具」，此題項的標準差達到1.038，分數差異最小為「我會趕快把工作完成，以便有多餘的休閒時間」，標準差是0.752，表示受測者在參與休閒活動時，對於趕快把工作完成，以便有多餘的休閒時間的程度差異較小，但對於和朋友一起安排交通工具的看法不太相同。如下表4-4

表 4.4(疫情前)民眾休閒阻礙協商策略

構面	題項	平均數	標準差	排名	平均
時間 協商 策略	B1-1.我會抽空參加休閒活動。	3.84	0.804	1	3.49
	B2-1.我進行休閒活動，會避免人潮聚集。	2.93	0.986	15	
	B3-1.有空閒時間時，我會將休閒活動列為優先處理的事。	3.46	0.831	5	
	B4-1.我會趕快把工作完成，以便有多餘的休閒時間。	3.81	0.752	2	
	B5-1.我會為了參加休閒活動而改變我的作息時間（如早起或晚睡等）	3.42	0.929	8	
金錢 協商 策略	B6-1.我會向別人借設備以利參加休閒活動。	2.78	0.993	17	2.94
	B7-1.我會租用設備參加休閒活動。	2.55	0.965	18	
	B8-1.我會利用替代設備(如跑步機)進行休閒活動。	2.81	0.995	16	
技能 協商 策略	B9-1.我會自學以改善技巧(看書、搜尋影片)。	3.27	0.903	12	3.24
	B10-1.我會向別人請教以改善技巧。	3.32	0.805	10	

(續下頁)

表 4.4(疫情前)民眾休閒阻礙協商策略(續)

構面	題項	平均數	標準差	排名	平均
技能	B11-1.我會上線上課程以便學習技巧。	3.06	0.970	14	
協商	B12-1.我會上實體課程以便學習技巧。	3.44	0.909	7	3.24
策略	B13-1.我會在家自我訓練維持技能。	3.11	0.892	13	
	B14-1.我找有類似興趣的朋友或網友一起參加休閒活動。	3.46	0.950	5	
人際	B15-1.我和同年齡層的朋友一起參加休閒活動。	3.54	0.861	4	
協商	B16-1.我找同事一起參加休閒活動。	3.31	0.977	11	3.47
策略	B17-1.我和朋友一起安排交通工具。	3.35	1.038	9	
	B18-1.我會答應朋友的邀約參加休閒活動。	3.70	0.821	3	
休閒阻礙協商策略(疫情前)		3.29	0.57		

資料來源:本研究整理

二、疫情後民眾之休閒阻礙協商策略

由描述性統計結果得知，疫情後休閒阻礙協商策略量表整體的平均值為 2.94，標準差為 0.61。各構面之平均數介於 2.55 到 3.22 之間，依平均數由高到低排列，疫情後民眾休閒阻礙協商策略使用以「技能協商策略」最高，平均數為 3.22；接下來依序為「時間協商策略」，平均數為 3.17；「人際協商策略」平均數為 2.81；而在「金錢協商策略」之使用為最低，平均數為 2.55。而從子題項來看，平均值最高的是「我進行休閒活動，會避免人潮聚集。」，其次為「我會上線上課程以便學習技巧」、「我會自學以改善技巧(看書、搜尋影片)」、「我會在家自我訓練維持技能」。

其中分數差異最多為「我和朋友一起安排交通工具」，此題項的標準差達到 1.061，分數差異最小為「我進行休閒活動，會避免人潮聚集」，標準差是 0.827，表示受測者在參與休閒活動時，對於趕快把工作完成，以便有多餘的休閒時間的程度差異較小，但對於和朋友一起安排交通工具的看法不太相同。從資料也可以看出，疫情後受訪者在休閒阻礙協商策略的各構面，分數皆有所下降。如下表 4-5

表 4.5(疫情後)民眾休閒阻礙協商策略

構面	題項	平均數	標準差	排名	平均
時間 協商 策略	B1-2.我會抽空參加休閒活動。	2.92	0.953	9	3.17
	B2-2.我進行休閒活動，會避免人潮聚集。	4.02	0.827	1	
	B3-2.有空閒時間時，我會將休閒活動列為優先處理的事。	2.75	0.938	13	
	B4-2.我會趕快把工作完成，以便有多餘的休閒時間。	3.24	0.989	5	
	B5-2.我會為了參加休閒活動而改變我的作息時間（如早起或晚睡等）	2.92	0.978	9	
金錢 協商 策略	B6-2.我會向別人借設備以利參加休閒活動。	2.41	0.950	17	2.55
	B7-2.我會租用設備參加休閒活動。	2.29	0.951	18	
	B8-2.我會利用替代設備(如跑步機)進行休閒活動。	2.96	1.003	7	
技能 協商 策略	B9-2.我會自學以改善技巧(看書、搜尋影片)。	3.43	0.911	3	3.22
	B10-2.我會向別人請教以改善技巧。	3.18	0.867	6	

(續下頁)

表 4.5(疫情後)民眾休閒阻礙協商策略(續)

構面	題項	平均數	標準差	排名	平均
技能	B11-2.我會上線上課程以便學習技巧。	3.51	0.901	2	
協商	B12-2.我會上實體課程以便學習技巧。	2.74	0.950	14	3.22
策略	B13-2.我會在家自我訓練維持技能。	3.26	0.874	4	
	B14-2.我找有類似興趣的朋友或網友一起參加休閒活動。	2.82	0.973	12	
人際	B15-2.我和同年齡層的朋友一起參加休閒活動。	2.95	1.002	8	
協商	B16-2.我找同事一起參加休閒活動。	2.70	0.995	16	2.81
策略	B17-2.我和朋友一起安排交通工具。	2.73	1.061	15	
	B18-2.我會答應朋友的邀約參加休閒活動。	2.87	0.937	11	
休閒阻礙協商策略(疫情後)		2.94	0.61		

資料來源:本研究整理

4.3 不同背景民眾的休閒活動參與、休閒阻礙協商策略之差異分析

獨立樣本T檢定主要是分析不同的變項在各構面上是否具有顯著差異，當變項只有兩項時，例如：性別。本研究以獨立樣本t檢定分析不同性別之民眾在休閒活動參與、休閒阻礙協商策略的差異情況。

單因子變異數分析主要是分析不同的變項在各構面上是否有顯著差異，適用三組或三組以上的變項分類，例如：年齡、職業、教育程度。

本研究用來檢定受測者的年齡、職業、教育程度、月收入、家庭狀況，在休閒活動參與、休閒阻礙協商策略的差異情況。

當一個自變項(三個以上母群平均數)考驗一個依變項，先做「變異數同質性檢定」，觀察Levene之P值顯著性。若 $P < 0.05$ 代表不同質，不符合ANOVA的基本假設，代表ANOVA無意義，則以Tamhane's T^2 檢定進行事後比較，分析各組之間的差異情況；相反，當Levene統計量之 $P > 0.05$ ，代表同質，符合ANOVA的基本假設，就進行單因子變異數分析。若單因子變異數分析表之F統計量的顯著性P值小於0.05，代表構面群組內至少有一組以上與他組有顯著差異，再以LSD檢定進行事後比較，分析各組之間的差異情況。

一、不同背景變項對休閒活動參與的差異分析

在不同背景變項方面，檢定的類別有「性別」、「年齡」、「職業」、「教育程度」、「月收入」和「家庭狀況」。

1.不同性別之民眾疫情下休閒活動參與的差異情形

有關不同性別之民眾，在疫情下選擇休閒活動參與類型的差異，本研究進行獨立樣本T檢定，分析研究假設H1.1，並整理成表，列出民眾休閒活動參與各構面及整體休閒活動參與的t值、平均數與標準差。

結果如表4.6所示，不同性別之民眾在疫情下的整體休閒活動參與上，p值達顯著水準，由此推論不同性別的民眾在「整體休閒活動參與」方面有顯著差異。不同性別民眾在休閒活動參與之「運動體能性」達顯著水準 ($p < .05$)，但在「社交活動性」、「嗜好興趣性」、「知識文化性」、「旅遊休憩性」、「視聽娛樂性」、「線上休閒性」等則未達顯著水準，此假設部分成立。其中男性民眾在運動體能性的參與程度，高於女性民眾，本研究推測，男性對於運動方面的興趣高於女性。

表 4.6 不同性別民眾對休閒活動參與差異分析摘要表

構面	性別	個數	平均數	標準差	t 值	p 值
社交活動性	男	115	2.53	0.841	0.591	0.555
	女	235	2.47	0.874		
嗜好興趣性	男	115	2.51	0.912	0.782	0.435
	女	235	2.43	0.876		
知識文化性	男	115	2.18	0.914	0.467	0.641
	女	235	2.14	0.783		
運動體能性	男	115	2.64	1.061	4.016	0.000
	女	235	2.17	0.981		
旅遊休憩性	男	115	2.30	0.936	0.601	0.548
	女	235	2.23	0.882		
視聽娛樂性	男	115	2.31	0.862	0.899	0.369
	女	235	2.21	1.032		
線上休閒性	男	115	3.72	1.120	1.386	0.167
	女	235	3.55	1.042		
整體休閒活動參與	男	115	2.60	0.631	1.988	0.048
	女	235	2.46	0.619		

資料來源:本研究整理

2.不同年齡之民眾疫情下休閒活動參與的差異情形

有關不同年齡之民眾在疫情下選擇休閒活動參與類型的差異，本研究進行單因子變異數分析，分析研究假設H1.2，並整理成表，以表列出民眾休閒參與各構面及整體休閒活動參與的平均數、標準差、F值、P值與事後比較。

結果如表4.7所示，不同年齡之民眾在疫情下的整體休閒活動參與上，p值達顯著水準，由此推論不同年齡的民眾在「整體休閒活動參

與」方面有顯著差異。不同年齡民眾在休閒活動參與之「社交活動性」、「嗜好興趣性」、「運動體能性」、「視聽娛樂性」、「線上休閒性」皆達顯著水準 ($p < .05$)，但在「知識文化性」、「旅遊休憩性」等則未達顯著水準，此假設部分成立。

「整體休閒活動參與」方面，21到30歲和31到40歲的民眾都顯著高於41-50歲，另外31到40歲也顯著高於50歲以上。

在「社交活動性」的休閒活動參與上，21到30歲和31到40歲的民眾都顯著高於41-50歲，本研究推測，可能原因為相對於41-50歲的民眾，21到30歲和31到40歲的民眾，有較高的活力參與社交活動。

「嗜好興趣性」方面，21到30歲和31到40歲的民眾都顯著高於41到50歲，本研究推測，可能原因為41到50歲正處於需要扶養長輩和養育孩子的年齡段，相對於21到30歲和31到40歲的民眾，較沒有時間花心思在嗜好興趣上。

而在「運動體能性」的休閒活動參與上，31到40歲的民眾顯著高於41到50歲，本研究推測，可能原因為相對於41到50歲的民眾，31-40歲的民眾，體力處於比較良好的狀況，更願意參與運動體能的休閒活動。

「視聽娛樂性」的休閒活動參與方面，21到30歲和31到40歲的民眾都顯著高於41到50歲，本研究推測，可能原因為視聽娛樂涵蓋的去電影院看電影、唱KTV或是聽演唱會，都較屬於所謂年輕人的活動，所以41到50歲年齡段參與程度較低。

最後「線上休閒性」方面，21到30歲、31到40歲、41到50歲的民眾都顯著高於51歲以上的民眾，本研究推測，可能原因是受限於線上休閒類，大多需要3C設備，而相對其他年齡段，51歲以上的長輩，對於3C的相關接觸，遠遠不如其他年齡段，所以呈現出51歲以上的民眾在「線上

休閒性」的參與程度相對較低。

表 4.7 不同年齡民眾對休閒活動參與差異分析摘要表

構面	年齡	平均數	標準差	變異數同質性檢定		ANOVA		事後比較
				Levene	P 值	F 值	P 值	
社交活動性	21-30 歲	2.53	0.811	2.392	0.068	4.356	0.005	LSD: 1, 2 > 3
	31-40 歲	2.63	0.919					
	41-50 歲	2.15	0.763					
	51 歲以上	2.29	0.985					
嗜好興趣性	21-30 歲	2.60	0.805	1.601	0.189	6.404	0.000	LSD: 1, 2 > 3
	31-40 歲	2.50	0.918					
	41-50 歲	2.04	0.971					
	51 歲以上	2.18	0.728					
知識文化性	21-30 歲	2.15	0.755	0.777	0.508	0.133	0.940	各組間無顯著差異
	31-40 歲	2.18	0.881					
	41-50 歲	2.13	0.933					
	51 歲以上	2.06	0.827					
運動體能性	21-30 歲	2.31	1.015	1.945	0.122	2.965	0.032	LSD: 2 > 3
	31-40 歲	2.50	1.026					
	41-50 歲	2.00	1.046					
	51 歲以上	2.29	0.985					

(續下頁)

表 4.7 不同年齡民眾對休閒活動參與差異分析摘要表(續)

構面	年齡	平均數	標準差	變異數同質性檢定		ANOVA		事後比較
				Levene	P 值	F 值	P 值	
旅遊休憩性	21-30 歲	2.21	0.830	4.970	0.002	不適用	各組間無顯著差異	
	31-40 歲	2.43	0.971					
	41-50 歲	2.13	0.991					
	51 歲以上	1.82	0.393					
視聽娛樂性	21-30 歲	2.27	0.889	3.271	0.021	不適用	Tamhane 檢定 1,2>3	
	31-40 歲	2.38	1.069					
	41-50 歲	1.85	0.960					
	51 歲以上	2.35	0.996					
線上休閒性	21-30 歲	3.53	1.014	6.783	0.000	不適用	Tamhane 檢定 1,2,3>4	
	31-40 歲	3.92	0.997					
	41-50 歲	3.48	1.270					
	51 歲以上	2.65	0.493					
整體休閒活動參與	21-30 歲	2.51	0.517	2.216	0.086	6.276	0.000	LSD: 1,2>3 2>4
	31-40 歲	2.65	0.698					
	41-50 歲	2.25	0.707					
	51 歲以上	2.24	0.492					

資料來源:本研究整理

3.不同職業之民眾疫情下休閒活動參與的差異情形

有關不同職業之民眾在疫情下選擇休閒活動參與類型的差異，本研究進行單因子變異數分析，分析研究假設H1.3，並整理成表，以表列出民眾休閒參與各構面及整體休閒活動參與的平均數、標準差、F值、P值與事後比較。

結果如表4.8所示，不同職業之民眾在疫情下的整體休閒活動參與上，p值達顯著水準，由此推論不同職業的民眾在「整體休閒活動參與」方面有顯著差異。不同職業民眾在休閒活動參與之「社交活動性」、「嗜好興趣性」、「知識文化性」、「運動體能性」、「旅遊休憩性」、「視聽娛樂性」、「線上休閒性」皆達顯著水準（ $p < .05$ ），此假設全部成立。

「整體休閒活動參與」方面，學生顯著高於軍公教，並同時高於製造業和家管，職業為服務業的民眾也高於製造業和家管，其他類別的則顯著高於另外5種類別，本研究推測，可能原因是學生、軍公教、服務業，相對屬於時間較彈性的工作，所以對於休閒活動的參與程度較高。

在「社交活動性」的休閒活動參與上，其他類別的民眾，顯著高於軍公教、製造業、服務業、家管等工作的民眾。

「嗜好興趣性」方面，學生顯著高於製造業，另外其他類別的則顯著高於另外5種類別，本研究推測，可能原因是相對於上班的製造業民眾，學生在時間的自由度較高，而且年輕人對於嗜好興趣也有較高的熱忱，所以參與程度較高。

在「知識文化性」的休閒參與，學生、軍公教分別都顯著高於製造業和家管，本研究推測，可能原因是在類別中的學生和老師，對於知識文化的休閒活動，有更多接觸機會，因此參與程度較高。

而在「運動體能性」的休閒活動參與上，其他類別的民眾，顯著高於製造業和家管。

在「旅遊休憩性」的休閒活動參與，服務業的民眾和其他類別都顯著高於家管的民眾，本研究推測，可能原因是家管的民眾，多要照顧家庭、孩子，相對來講可能較沒時間參與旅遊類的活動。

「視聽娛樂性」的休閒活動參與方面，學生的參與顯著高於製造業、服務業、家管，軍公教也高於製造業和服務業，另外其他類別，顯著高於軍公教、製造業、服務業、家管等工作的民眾，本研究推測，可能原因是視聽娛樂多屬於所謂年輕人的活動，因此學生參與程度較高。

最後「線上休閒性」方面，其他類別的民眾，顯著高於軍公教、服務業與家管的民眾。

表 4.8 不同職業民眾對休閒活動參與差異分析摘要表

構面	職業	平均數	標準差	變異數同質性檢定		ANOVA		事後比較
				Levene	P 值	F 值	P 值	
社交活動性	學生	2.57	0.914	9.421	0.000	不適用	Tamhane 檢定 6>2,3,4,5	
	軍公教	2.34	0.747					
	製造業	2.16	0.800					
	服務業	2.46	0.569					
	家管	2.15	0.376					
	其他	3.24	1.233					

(續下頁)

表 4.8 不同職業民眾對休閒活動參與差異分析摘要表(續)

構面	職業	平均數	標準差	變異數同質性檢定		ANOVA		事後比較
				Levene	P 值	F 值	P 值	
嗜好興趣性	學生	2.79	0.871	0.835	0.526	8.605	0.000	LSD: 1>3 6>1,2,3,4,5
	軍公教	2.40	0.756					
	製造業	1.92	1.115					
	服務業	2.37	0.847					
	家管	2.23	0.725					
	其他	3.00	0.816					
知識文化性	學生	2.43	0.831	2.308	0.044	不適用	Tamhane 檢定 1>3,5 2>3,5	
	軍公教	2.27	0.865					
	製造業	1.78	0.821					
	服務業	2.02	0.694					
	家管	1.85	0.376					
	其他	2.20	0.910					
運動體能性	學生	2.50	1.065	6.867	0.000	不適用	Tamhane 檢定 6>3,5	
	軍公教	2.23	0.806					
	製造業	1.95	1.104					
	服務業	2.38	1.191					
	家管	1.92	0.641					
	其他	2.76	1.119					

(續下頁)

表 4.8 不同職業民眾對休閒活動參與差異分析摘要表(續)

構面	職業	平均數	標準差	變異數同質性檢定		ANOVA		事後比較
				Levene	P 值	F 值	P 值	
旅遊休憩性	學生	2.14	0.647	9.119	0.000	不適用	Tamhane 檢定 4,6>5	
	軍公教	2.16	0.811					
	製造業	2.00	1.000					
	服務業	2.48	0.898					
	家管	1.85	0.376					
	其他	2.52	1.188					
視聽娛樂性	學生	2.50	0.994	1.822	0.108	7.314	0.000	LSD: 1>3,4,5 2>3,4 6>2,3,4,5
	軍公教	2.28	0.955					
	製造業	1.84	0.800					
	服務業	1.99	0.938					
	家管	1.85	0.801					
	其他	2.83	0.973					
線上休閒性	學生	3.86	0.926	6.124	0.000	不適用	Tamhane 檢定 6>2,4,5	
	軍公教	3.49	1.177					
	製造業	3.57	1.168					
	服務業	3.55	1.023					
	家管	2.92	0.954					
	其他	4.04	0.698					

(續下頁)

表 4.8 不同職業民眾對休閒活動參與差異分析摘要表(續)

構面	職業	平均數	標準差	變異數同質性檢定		ANOVA		事後比較
				Levene	P 值	F 值	P 值	
整體休閒活動參與	學生	2.68	0.477	2.216	0.086	6.276	0.000	LSD: 1>3,4,5 2>3,5 4>3,5 6>1,2,3,4,5
	軍公教	2.45	0.531					
	製造業	2.17	0.802					
	服務業	2.46	0.550					
	家管	2.11	0.275					
	其他	2.94	0.757					

資料來源:本研究整理

4.不同教育程度之民眾疫情下休閒活動參與的差異情形

有關不同教育程度之民眾在疫情下選擇休閒活動參與類型的差異，本研究進行單因子變異數分析，分析研究假設H1.4，並整理成表，以表列出民眾休閒參與各構面及整體休閒活動參與的平均數、標準差、F值、P值與事後比較。

結果如表4.9所示，不同教育程度之民眾在疫情下的整體休閒活動參與上，p值達顯著水準，由此推論不同教育程度的民眾在「整體休閒活動參與」方面有顯著差異。不同教育程度民眾在休閒活動參與之「社交活動性」、「嗜好興趣性」、「知識文化性」、「運動體能性」、「旅遊休憩性」、「視聽娛樂性」、「線上休閒性」皆達顯著水準（ $p < .05$ ），此假設全部成立。

在「整體休閒活動參與」、「社交活動性」、「嗜好興趣性」、

「知識文化性」、「運動體能性」、「旅遊休憩性」、「視聽娛樂性」這些構面上，研究所(含以上)學歷的民眾顯著高於專科、大學再高於高中職(含以下)學歷的民眾。本研究認為，可能原因是以台灣的教育情況來看，早期台灣受高等教育情型較不普遍，相較於現在年輕人大多有大學以上的學歷，長輩們學歷普遍較低，故受訪民眾中年輕族群和學歷高族群多有重疊，合理推測此結果和不同年齡民眾結果相仿，年輕人對於休閒活動參與的熱情較高。

最後「線上休閒性」方面，研究所(含以上)學歷的民眾顯著高於專科、大學學歷的民眾，另外專科、大學學歷的民眾高於高中職(含下)學歷的民眾。本研究認為此結果更符合剛剛的推論，以台灣教育情況來看，目前教育程度在高中職(含以下)的民眾，絕大多數都是有年紀的長輩，相對於年輕一點的族群，對於線上休閒類型，這種較流行的休閒活動，參與程度相對是比較低的。

表 4.9 不同教育程度民眾對休閒活動參與差異分析摘要表

構面	教育程度	平均數	標準差	變異數同質性檢定		ANOVA		事後比較
				Levene	P 值	F 值	P 值	
社交活動性	高中職 (含以下)	1.91	0.294	22.426	0.000	不適用	Tamhane 檢 定 3>2>1	
	專科、 大學	2.36	0.711					
	研究所 (含以上)	2.79	1.021					

(續下頁)

表 4.9 不同教育程度民眾對休閒活動參與差異分析摘要表(續)

構面	教育程度	平均數	標準差	變異數同質性檢定		ANOVA		事後比較
				Levene	P 值	F 值	P 值	
嗜好興趣性	高中職(含以下)	1.64	0.658	0.721	0.487	13.16 ₂	0.000	LSD: 3>2>1
	專科、大學	2.43	0.876					
	研究所(含以上)	2.64	0.860					
知識文化性	高中職(含以下)	1.45	0.510	19.514	0.000	不適用	Tamhane 檢定 3>2>1	
	專科、大學	2.02	0.685					
	研究所(含以上)	2.47	0.939					
運動體能性	高中職(含以下)	1.77	0.612	5.571	0.004	不適用	Tamhane 檢定 3>2>1	
	專科、大學	2.23	1.012					
	研究所(含以上)	2.56	1.060					
旅遊休憩性	高中職(含以下)	1.82	0.853	9.025	0.000	不適用	Tamhane 檢定 3>2>1	
	專科、大學	2.20	0.891					
	研究所(含以上)	2.41	1.062					

(續下頁)

表 4.9 不同教育程度民眾對休閒活動參與差異分析摘要表(續)

構面	教育程度	平均數	標準差	變異數同質性檢定		ANOVA		事後比較
				Levene	P 值	F 值	P 值	
視聽娛樂性	高中職(含以下)	1.41	0.503					Tamhane 檢定 3>2>1
	專科、大學	2.15	0.891	11.089	0.000	不適用		
	研究所(含以上)	2.53	1.062					
線上休閒性	高中職(含以下)	2.64	1.049					LSD: 3>1 2>1
	專科、大學	3.66	1.025	0.096	0.909	10.225	0.000	
	研究所(含以上)	3.69	1.068					
整體休閒活動參與	高中職(含以下)	1.81	0.417					Tamhane 檢定 3>2>1
	專科、大學	2.44	0.509	4.334	0.014	不適用		
	研究所(含以上)	2.73	0.702					

資料來源:本研究整理

5.不同月收入之民眾疫情下休閒活動參與的差異情形

有關不同月收入之民眾在疫情下選擇休閒活動參與類型的差異，本研究進行單因子變異數分析，分析研究假設H1.5，並整理成表，以表列出民眾休閒參與各構面及整體休閒活動參與的平均數、標準差、F值、P值與事後比較。

結果如表4.10所示，不同月收入之民眾在疫情下的整體休閒活動參與上，p值達顯著水準，由此推論不同月收入的民眾在「整體休閒活動參與」方面有顯著差異。不同月收入民眾在休閒活動參與之「社交活動性」、「嗜好興趣性」、「運動體能性」、「旅遊休憩性」、「視聽娛樂性」皆達顯著水準（ $p < .05$ ），但在「知識文化性」、「線上休閒性」等則未達顯著水準，此假設部分成立。

「整體休閒活動參與」方面，月收入在7萬以上的民眾顯著高於3萬以下、30001-50000、50001-70000的民眾，本研究推測，可能原因是7萬以上的月收入，在台灣已經屬於相當不錯的收入，扣除生活所需開銷後，相對有更多預算可用在參與休閒活動上。

在「社交活動性」的休閒活動參與，月收入在7萬以上的民眾顯著高於3萬以下、30001-50000、50001-70000的民眾，本研究推測，可能原因是7萬以上的月收入，在台灣已經屬於相當不錯的收入，扣除生活所需開銷後，相對有更多預算可用在參與社交類的活動。

「嗜好興趣性」方面，月收入在7萬以上的民眾顯著高於3萬以下、30001-50000、50001-70000的民眾，本研究推測，可能原因是7萬以上的月收入，在台灣已經屬於相當不錯的收入，扣除生活所需開銷後，相對有更多預算可投入在個人的嗜好。

而在「運動體能性」的休閒活動參與上，月收入在7萬以上的民眾顯著高於3萬以下、30001-50000、50001-70000的民眾，另30001-50000收入的民眾顯著高於3萬以下的民眾，本研究推測，可能原因是7萬以上的月收入，在台灣已經屬於相當不錯的收入，扣除生活所需開銷後，相對有更多預算可購買運動設備或報名參加運動相關課程。

在「旅遊休憩性」的休閒活動參與，月收入在7萬以上的民眾顯著

高於3萬以下、30001-50000、50001-70000的民眾，本研究推測，可能原因是7萬以上的月收入，在台灣已經屬於相當不錯的收入，扣除生活所需開銷後，相對有更多預算可花費在規劃旅遊行程上。

最後「視聽娛樂性」的休閒活動參與方面，月收入在7萬以上的民眾顯著高於3萬以下、30001-50000、50001-70000的民眾，本研究推測，可能是7萬以上的月收入，在台灣已經屬於相當不錯的收入，扣除生活所需開銷後，相對有更多預算可用在看演唱會、唱KTV等娛樂花費。

表 4.10 不同月收入民眾對休閒活動參與差異分析摘要表

構面	月收入	平均數	標準差	變異數 同質性檢定		ANOVA		事後比較
				Levene	P 值	F 值	P 值	
社交活動性	3 萬以下	2.34	0.688	14.054	0.000	不適用	Tamhane 檢 定 4 > 1,2,3	
	30001- 50000	2.39	0.656					
	50001- 70000	2.30	0.845					
	7 萬以上	3.15	1.152					
嗜好興趣性	3 萬以下	2.45	0.940	1.987	0.116	4.844	LSD: 4 > 1,2,3	
	30001- 50000	2.43	0.813					
	50001- 70000	2.23	0.717					
	7 萬以上	2.80	1.030					
知識文化性	3 萬以下	2.10	0.789	0.711	0.546	2.481	各組間無顯 著差異	
	30001- 50000	2.08	0.892					
	50001- 70000	2.12	0.763					
	7 萬以上	2.41	0.804					

(續下頁)

表4.10不同月收入民眾對休閒活動參與差異分析摘要表(續)

構面	月收入	平均數	標準差	變異數 同質性檢定		ANOVA		事後比較
				Levene	P 值	F 值	P 值	
運動體能性	3 萬以下	1.98	0.990	8.424	0.000	不適用	Tamhane 檢 定 2>1 4>1,2,3	
	30001- 50000	2.33	0.820					
	50001- 70000	2.14	0.887					
	7 萬以上	3.10	1.221					
旅遊休憩性	3 萬以下	2.12	0.836	5.509	0.002	不適用	Tamhane 檢 定 4>1,2,3	
	30001- 50000	2.22	0.901					
	50001- 70000	2.12	0.781					
	7 萬以上	2.69	1.009					
視聽娛樂性	3 萬以下	2.20	1.040	4.836	0.003	不適用	Tamhane 檢 定 4>1,2,3	
	30001- 50000	1.97	0.804					
	50001- 70000	2.16	0.943					
	7 萬以上	2.93	0.929					
線上休閒性	3 萬以下	3.41	1.040	2.974	0.032	不適用	各組間無顯 著差異	
	30001- 50000	3.55	1.156					
	50001- 70000	3.82	0.991					
	7 萬以上	3.79	0.985					
整體休閒活 動參與	3 萬以下	2.37	0.575	26.616	0.000	不適用	Tamhane 檢 定 4>1,2,3	
	30001- 50000	2.42	0.562					
	50001- 70000	2.42	0.495					
	7 萬以上	2.98	0.744					

資料來源:本研究整理

6.不同家庭狀況之民眾疫情下休閒活動參與的差異情形

有關不同家庭狀況之民眾在疫情下選擇休閒活動參與類型的差異，本研究進行單因子變異數分析，分析研究假設H1.6，並整理成表，以表列出民眾休閒參與各構面及整體休閒活動參與的平均數、標準差、F值、P值與事後比較。

結果如表4.11所示，不同家庭狀況之民眾在疫情下的整體休閒活動參與上，p值達顯著水準，由此推論不同家庭狀況的民眾在「整體休閒活動參與」方面有顯著差異。不同家庭狀況民眾在休閒活動參與之「社交活動性」、「嗜好興趣性」、「知識文化性」、「運動體能性」、「旅遊休憩性」、「視聽娛樂性」、「線上休閒性」皆達顯著水準（ $p < .05$ ），此假設全部成立。

「整體休閒活動參與」方面，未婚和已婚的民眾都顯著高於已婚(有小孩)的民眾，本研究推測，可能原因是相對於有小孩的家庭來說，未婚和已婚且沒有小孩的民眾，更能自由彈性的安排休閒活動的參與。

在「社交活動性」的休閒活動參與上，未婚的民眾顯著高於已婚再高於已婚(有小孩)的民眾，本研究推測，可能原因是單身的身分，在社交活動的安排，有更充足的時間。

「嗜好興趣性」方面，未婚和已婚的民眾都顯著高於已婚(有小孩)的民眾，本研究推測，可能原因是相對於有小孩的家庭來說，未婚和已婚且沒有小孩的民眾，不需遷就於孩子，能多保留空間給自己的愛好。

在「知識文化性」的休閒參與，未婚的民眾顯著高於已婚(有小孩)的民眾，本研究推測，可能原因是對於有小孩的家庭來說，特別是有小小孩的家庭，大多數的文化類場合，帶著孩子都相對的不方便，因此在此類的活動參與低於未婚的民眾。

而在「運動體能性」的休閒活動參與上，未婚和已婚的民眾都顯著高於已婚(有小孩)的民眾，本研究推測，可能原因是相對於有小孩的家庭來說，未婚和已婚且沒有小孩的民眾，能有更充裕的時間進行運動。

在「旅遊休憩性」的休閒活動參與，未婚的民眾顯著高於已婚(有小孩)的民眾，本研究推測，可能原因是對於有小孩的家庭來說，特別是有小小孩的家庭，出遊需要好好規劃，不像單身民眾，能隨時安排出遊。

「視聽娛樂性」的休閒活動參與方面，未婚和已婚的民眾都顯著高於已婚(有小孩)的民眾，本研究推測，可能原因是對於有小孩的家庭來說，較少會將全家的行程安排此類的場合。

最後「線上休閒性」方面，已婚的民眾顯著高於未婚再高於已婚(有小孩)的民眾。

表 4.11 不同家庭狀況民眾對休閒活動參與差異分析摘要表

構面	家庭狀況	平均數	標準差	變異數同質性檢定		ANOVA		事後比較
				Levene	P 值	F 值	P 值	
社交活動性	未婚	2.73	0.922	19.515	0.000	不適用	Tamhane 檢 定 1>2>3	
	已婚	2.40	0.618					
	已婚(有小孩)	2.05	0.619					
嗜好興趣性	未婚	2.73	0.837	12.523	0.000	不適用	Tamhane 檢 定 1,2>3	
	已婚	2.53	1.036					
	已婚(有小孩)	1.88	0.602					

(續下頁)

表4.11不同家庭狀況民眾對休閒活動參與差異分析摘要表(續)

構面	家庭狀況	平均數	標準差	變異數同質性檢定		ANOVA		事後比較
				Levene	P 值	F 值	P 值	
知識文化性	未婚	2.30	0.845	1.803	0.166	15.375	0.000	LSD: 1>3
	已婚	2.33	0.798					
	已婚(有小孩)	1.78	0.684					
運動體能性	未婚	2.40	1.050	4.218	0.015	不適用	Tamhane 檢定 1,2>3	
	已婚	2.53	0.968					
	已婚(有小孩)	2.09	0.986					
旅遊休憩性	未婚	2.35	1.000	10.834	0.000	不適用	Tamhane 檢定 1>3	
	已婚	2.27	0.688					
	已婚(有小孩)	2.06	0.729					
視聽娛樂性	未婚	2.42	0.994	3.147	0.044	不適用	Tamhane 檢定 1,2>3	
	已婚	2.33	0.953					
	已婚(有小孩)	1.85	0.849					

(續下頁)

表4.11不同家庭狀況民眾對休閒活動參與差異分析摘要表(續)

構面	家庭狀況	平均數	標準差	變異數同質性檢定		ANOVA		事後比較
				Levene	P 值	F 值	P 值	
線上休閒性	未婚	3.68	1.067	11.724	0.000	不適用	Tamhane 檢定 2>1>3	
	已婚	4.13	0.625					
	已婚(有小孩)	3.24	1.110					
整體休閒活動參與	未婚	2.66	0.636	3.262	0.039	不適用	Tamhane 檢定 1,2>3	
	已婚	2.65	0.589					
	已婚(有小孩)	2.14	0.447					

資料來源:本研究整理

二、不同背景變項對休閒阻礙協商策略的差異分析

在不同背景變項方面，檢定的類別有「性別」、「年齡」、「職業」、「教育程度」、「月收入」和「家庭狀況」。

1.不同性別之民眾疫情下休閒阻礙協商策略的差異情形

有關不同性別之民眾，在疫情下使用休閒阻礙協商策略的差異，本研究進行獨立樣本T檢定，分析研究假設H2.1，並整理成表，列出民眾休閒活動參與各構面及整體休閒阻礙協商策略的t值、平均數與標準差。

結果如表4.12所示，不同性別之民眾在疫情下的整體休閒阻礙協商策略上，p值未達顯著水準，由此推論不同性別的民眾在「整體休閒阻礙協商策略」方面沒有顯著差異。不同性別民眾在休閒阻礙協商策略之「金錢協商策略」達顯著水準 ($p < .05$)，但在「時間協商策略」、

「技能協商策略」、「人際協商策略」等則未達顯著水準，此假設部分成立。其中男性民眾在金錢協商策略的選擇上，高於女性民眾，本研究推測，男性使用金錢協商策略的程度高於女性。

表 4.12 不同性別民眾對休閒阻礙協商策略差異分析摘要表

構面	性別	個數	平均數	標準差	t 值	p 值
時間協商策略	男	115	3.16	0.612	-0.213	0.832
	女	235	3.18	0.694		
金錢協商策略	男	115	2.71	0.717	2.599	0.010
	女	235	2.48	0.823		
技能協商策略	男	115	3.20	0.604	-0.574	0.567
	女	235	3.24	0.677		
人際協商策略	男	115	2.86	0.831	0.744	0.457
	女	235	2.79	0.887		
整體休閒阻礙協商策略	男	115	2.98	0.596	0.892	0.373
	女	235	2.92	0.614		

資料來源:本研究整理

2.不同年齡之民眾疫情下休閒阻礙協商策略的差異情形

有關不同年齡之民眾在疫情下休閒阻礙協商策略使用的差異，本研究進行單因子變異數分析，分析研究假設H2.2，並整理成表，以表列出民眾休閒參與各構面及整體休閒活動參與的平均數、標準差、F值、P值與事後比較。

結果如表4.13所示，不同年齡之民眾在疫情下的整體休閒阻礙協商策略上，p值達顯著水準，由此推論不同年齡的民眾在「整體休閒阻礙協商策略」方面有顯著差異。不同年齡民眾在休閒阻礙協商策略之「時

間協商策略」、「金錢協商策略」、「人際協商策略」達顯著水準 ($p < .05$)，但在「技能協商策略」則未達顯著水準，此假設部分成立。

「整體休閒阻礙協商策略」方面，21到30歲和31到40歲的民眾顯著高於41到50歲的民眾，且31到40歲的民眾顯著高於51歲以上的民眾。

在「時間協商策略」的使用上，21到30歲的民眾顯著高於41到50歲和51歲以上的民眾，且31到40歲的民眾顯著高於41到50歲的民眾。

「金錢協商策略」方面，21到30歲的民眾顯著高於41到50歲和51歲以上的民眾。因題項和設備有關，本研究推測，年輕人相較長輩，運用器材進行休閒活動的機會較大。

在「人際協商策略」的休閒阻礙協商策略，21到30歲的民眾顯著高於31到40、41到50歲、51歲以上的民眾，另外31到40歲民眾顯著高於51歲以上民眾。

表 4.13 不同年齡民眾對休閒阻礙協商策略差異分析摘要表

構面	年齡	平均數	標準差	變異數同質性檢定		ANOVA		事後比較
				Levene	P 值	F 值	P 值	
時間協商策略	21-30 歲	3.26	0.682	1.994	0.115	4.356	0.005	LSD: 1>3,4 2>3
	31-40 歲	3.24	0.661					
	41-50 歲	2.91	0.519					
	51 歲以上	2.71	0.633					
金錢協商策略	21-30 歲	2.70	0.774	5.649	0.001	不適用	Tamhane 檢定 1>3,4	
	31-40 歲	2.50	0.862					
	41-50 歲	2.32	0.745					
	51 歲以上	2.29	0.309					

(續下頁)

表4.13不同年齡民眾對休閒阻礙協商策略差異分析摘要表(續)

構面	年齡	平均數	標準差	變異數同質性檢定		ANOVA		事後比較
				Levene	P 值	F 值	P 值	
技能協商策略	21-30 歲	3.24	0.642	5.859	0.001	不適用	各組間無顯著差異	
	31-40 歲	3.26	0.734					
	41-50 歲	3.13	0.589					
	51 歲以上	3.09	0.201					
人際協商策略	21-30 歲	3.03	0.807	2.238	0.084	10.41 5	0.000	LSD: 1>2>3 1,2>4
	31-40 歲	2.77	0.882					
	41-50 歲	2.41	0.875					
	51 歲以上	2.27	0.608					
整體休閒阻礙協商策略	21-30 歲	3.06	0.588	3.918	0.009	不適用	Tamhane 檢定 1>3 2>3,4	
	31-40 歲	2.95	0.636					
	41-50 歲	2.69	0.572					
	51 歲以上	2.59	0.285					

資料來源:本研究整理

3.不同職業之民眾疫情下休閒阻礙協商策略的差異情形

有關不同職業之民眾在疫情下休閒阻礙協商策略使用的差異，本研究進行單因子變異數分析，分析研究假設H2.3，並整理成表，以表列出民眾休閒參與各構面及整體休閒活動參與的平均數、標準差、F值、P值與事後比較。

結果如表4.14所示，不同職業之民眾在疫情下的整體休閒阻礙協商策略上，p值達顯著水準，由此推論不同職業的民眾在「整體休閒阻礙協商策略」方面有顯著差異。不同職業民眾在休閒阻礙協商策略之「時間協商策略」、「金錢協商策略」、「技能協商策略」、「人際協商策

略」皆達顯著水準 ($p < .05$)，此假設全部成立。

「整體休閒阻礙協商策略」方面，學生顯著高於軍公教，職業為服務業的民眾也高於製造業和軍公教的民眾，其他類別的則顯著高於軍公教和製造業的民眾。

在「時間協商策略」的休閒阻礙協商策略上，學生顯著高於軍公教和製造業的民眾，服務業也顯著高於軍公教，其他類別的民眾則顯著高於軍公教和製造業等工作的民眾。本研究推測，學生對於休閒玩樂方面較重視，因此妥善規劃時間以達成休閒活動的參與的程度較高。

「金錢協商策略」方面，學生和製造業、服務業、其他類別的民眾在休閒阻礙協商策略使用上顯著高於軍公教。

在「技能協商策略」的休閒阻礙協商策略使用上，其他類別的民眾顯著高於軍公教和製造業。

而在「人際協商策略」的休閒阻礙協商策略使用上，學生顯著高於製造業，服務業的民眾也顯著高於軍公教和製造業民眾，最後其他類別民眾顯著高於軍公教、製造業和家管的民眾。

表 4.14 不同職業民眾對休閒阻礙協商策略差異分析摘要表

構面	職業	平均數	標準差	變異數同質性檢定		ANOVA		事後比較
				Levene	P 值	F 值	P 值	
時間協商策略	學生	3.36	1.454	3.790	0.002	不適用	Tamhane 檢定 1 > 2,3 4,6 > 2 6 > 3,5	
	軍公教	2.98	0.606					
	製造業	2.95	0.687					
	服務業	3.55	0.548					
	家管	3.30	0.780					
	其他	2.92	0.444					

(續下頁)

表 4.14 不同職業民眾對休閒阻礙協商策略差異分析摘要表(續)

構面	職業	平均數	標準差	變異數同質性檢定		ANOVA		事後比較
				Levene	P 值	F 值	P 值	
金錢協商策略	學生	2.69	0.668	2.500	0.031	不適用	Tamhane 檢定 1,3,4,6>2	
	軍公教	2.18	0.616					
	製造業	2.56	0.639					
	服務業	2.80	0.856					
	家管	2.95	0.865					
	其他	2.36	0.907					
技能協商策略	學生	3.21	0.590	2.454	0.033	不適用	Tamhane 檢定 6>2,3	
	軍公教	3.11	0.572					
	製造業	3.03	0.622					
	服務業	3.50	0.568					
	家管	3.33	0.779					
	其他	3.31	0.729					
人際協商策略	學生	3.07	0.652	3.877	0.002	不適用	Tamhane 檢定 1>3 4>2,3 6>2,3,5	
	軍公教	2.52	0.705					
	製造業	2.47	1.008					
	服務業	3.24	0.882					
	家管	3.10	0.932					
	其他	2.49	0.620					
整體休閒阻礙協商策略	學生	3.08	0.398	7.172	0.000	不適用	Tamhane 檢定 1>2,3 4,6>2 6>3,5	
	軍公教	2.70	0.414					
	製造業	2.75	0.635					
	服務業	3.27	0.612					
	家管	2.17	0.744					
	其他	2.77	0.558					

資料來源:本研究整理

4.不同教育程度之民眾疫情下休閒阻礙協商策略的差異情形

有關不同教育程度之民眾在疫情下休閒阻礙協商策略使用的差異，本研究進行單因子變異數分析，分析研究假設H2.4，並整理成表，以表列出民眾休閒參與各構面及整體休閒活動參與的平均數、標準差、F值、P值與事後比較。

結果如表4.15所示，不同教育程度之民眾在疫情下的整體休閒阻礙協商策略上，p值未達顯著水準，由此推論不同教育程度的民眾在「整體休閒阻礙協商策略」方面沒有顯著差異。不同教育程度民眾在休閒阻礙協商策略之「時間協商策略」、「金錢協商策略」皆達顯著水準（ $p < .05$ ），但在「技能協商策略」、「人際協商策略」則未達顯著水準，此假設部分成立。

在「時間協商策略」的休閒阻礙協商策略使用上，專科、大學和研究所(含以上)學歷的民眾顯著高於高中職(含以下)學歷的民眾。和前面推測相似，高學歷民眾和較年輕族群重疊，年輕人對休閒玩樂相對重視，因此進行時間規劃達成休閒活動參與程度較高。

「金錢協商策略」方面，專科、大學學歷的民眾對於休閒阻礙協商策略使用上顯著高於研究所(含以上)學歷的民眾。

表 4.15 不同教育程度民眾對休閒阻礙協商策略差異分析摘要表

構面	教育程度	平均數	標準差	變異數同質性檢定		ANOVA		事後比較
				Levene	P 值	F 值	P 值	
時間協商策略	高中職(含以下)	2.76	0.641	0.058	0.944	5.478	0.005	LSD: 2,3 > 1
	專科、大學	3.16	0.674					
	研究所(含以上)	3.26	0.638					

(續下頁)

表4.15不同教育程度民眾對休閒阻礙協商策略差異分析摘要表(續)

構面	教育程度	平均數	標準差	變異數同質性檢定		ANOVA		事後比較
				Levene	P 值	F 值	P 值	
金錢協商策略	高中職 (含以下)	2.64	0.658	0.058	0.944	7.583	0.001	LSD: 2>3
	專科、 大學	2.68	0.795					
	研究所 (含以上)	2.34	0.779					
技能協商策略	高中職 (含以下)	3.06	0.475	0.399	0.672	0.786	0.456	各組間無顯著差異
	專科、 大學	3.24	0.714					
	研究所 (含以上)	3.23	0.578					
人際協商策略	高中職 (含以下)	2.56	0.923	2.394	0.093	1.048	0.352	各組間無顯著差異
	專科、 大學	2.85	0.881					
	研究所 (含以上)	2.81	0.839					
整體休閒阻礙 協商策略	高中職 (含以下)	2.75	0.633	0.304	0.738	1.683	0.187	各組間無顯著差異
	專科、 大學	2.98	0.629					
	研究所 (含以上)	2.91	0.566					

資料來源:本研究整理

5.不同月收入之民眾疫情下休閒阻礙協商策略的差異情形

有關不同月收入之民眾在疫情下休閒阻礙協商策略使用的差異，本研究進行單因子變異數分析，分析研究假設H2.5，並整理成表，以表列出民眾休閒參與各構面及整體休閒活動參與的平均數、標準差、F值、P值與事後比較。

結果如表4.16所示，不同月收入之民眾在疫情下的整體休閒阻礙協商策略上，p值達顯著水準，由此推論不同月收入的民眾在「整體休閒阻礙協商策略」方面有顯著差異。不同月收入民眾在休閒阻礙協商策略之「時間協商策略」、「金錢協商策略」、「技能協商策略」、「人際協商策略」皆達顯著水準（ $p < .05$ ），此假設全部成立。

「整體休閒阻礙協商策略」方面，月收入在3萬以下、7萬以上的民眾顯著高於30001-50000和50001-70000的民眾。本研究推測，受訪民眾中收入3萬以下民眾多數為學生，因此相對來說更重視休閒玩樂，運用協商策略達成休閒參與的程度較高。

在「時間協商策略」的休閒阻礙協商策略使用上，月收入在3萬以下的民眾顯著高於5到7萬月收入的民眾，而7萬以上的民眾顯著高於3到5萬、5到7萬的民眾。

「金錢協商策略」方面，月收入在3萬以下、7萬以上的民眾顯著高於月收入30001-50000和50001-70000的民眾。

而在「技能協商策略」的休閒阻礙協商策略使用上，月收入在3萬以下的民眾顯著高於30001-50000民眾，月收入在7萬以上的民眾顯著高於30001-50000、50001-70000的民眾。

在「人際協商策略」的休閒阻礙協商策略使用，月收入在3萬以下、7萬以上的民眾顯著高於30001-50000和50001-70000的民眾。

表 4.16 不同月收入民眾對休閒阻礙協商策略差異分析摘要表

構面	月收入	平均數	標準差	變異數 同質性檢定		ANOVA		事後比較
				Levene	P 值	F 值	P 值	
時間協商策略	3 萬以下	3.27	0.644	8.424	0.000	不適用	Tamhane 檢定 1>3 4>2,3	
	30001- 50000	3.03	0.731					
	50001- 70000	3.01	0.514					
	7 萬以上	3.48	0.615					
金錢協商策略	3 萬以下	2.74	0.840	5.509	0.002	8.682	0.000	LSD: 1,4>2,3
	30001- 50000	2.43	0.745					
	50001- 70000	2.27	0.651					
	7 萬以上	2.82	0.834					
技能協商策略	3 萬以下	3.32	0.613	4.836	0.003	3.590	0.014	LSD: 1>2 4>2,3
	30001- 50000	3.12	0.760					
	50001- 70000	3.13	0.474					
	7 萬以上	3.38	0.635					
人際協商策略	3 萬以下	3.02	0.842	2.974	0.032	不適用	Tamhane 檢定 1,4>2,3	
	30001- 50000	2.57	0.870					
	50001- 70000	2.62	0.660					
	7 萬以上	3.20	0.928					
整體休閒阻礙 協商策略	3 萬以下	3.09	0.622	6.354	0.000	不適用	Tamhane 檢定 1,4>2,3	
	30001- 50000	2.79	0.58					
	50001- 70000	2.76	0.384					
	7 萬以上	3.22	0.681					

資料來源:本研究整理

6.不同家庭狀況之民眾疫情下休閒阻礙協商策略的差異情形

有關不同家庭狀況之民眾在疫情下休閒阻礙協商策略使用的差異，本研究進行單因子變異數分析，分析研究假設H2.6，並整理成表，以表列出民眾休閒參與各構面及整體休閒活動參與的平均數、標準差、F值、P值與事後比較。

結果如表4.17所示，不同家庭狀況之民眾在疫情下的整體休閒阻礙協商策略上，p值達顯著水準，由此推論不同家庭狀況的民眾在「整體休閒阻礙協商策略」方面有顯著差異。不同家庭狀況民眾在休閒阻礙協商策略之「時間協商策略」、「金錢協商策略」、「技能協商策略」、「人際協商策略」皆達顯著水準（ $p < .05$ ），此假設全部成立。

「整體休閒阻礙協商策略」方面，已婚的民眾對於休閒阻礙協商策略使用上顯著高於未婚的民眾再高於已婚(有小孩)的民眾。

在「時間協商策略」的休閒阻礙協商策略使用上，未婚的民眾和已婚的民眾顯著高於已婚(有小孩)的民眾。本研究推測，有小孩的家庭進行休閒活動參與，要注意眾多方面，因此相較單身和沒小孩家庭，運用協商策略達成休閒參與的程度較低。

「金錢協商策略」方面，已婚的民眾顯著高於未婚的民眾再高於已婚(有小孩)的民眾。

在「技能協商策略」的休閒阻礙協商策略使用上，已婚的民眾顯著高於未婚的民眾，另外已婚的民眾也顯著高於已婚(有小孩)的民眾。

而在「人際協商策略」的休閒阻礙協商策略使用上，已婚的民眾顯著高於未婚的民眾再高於已婚(有小孩)的民眾。

表 4.17 不同家庭狀況民眾對休閒阻礙協商策略差異分析摘要表

構面	家庭狀況	平均數	標準差	變異數同質性檢定		ANOVA		事後比較
				Levene	P 值	F 值	P 值	
時間協商策略	未婚	3.27	0.661					
	已婚	3.35	0.706	1.509	0.223	13.915	0.000	LSD: 1,2>3
	已婚(有小孩)	2.89	0.577					
金錢協商策略	未婚	2.60	0.815					
	已婚	2.89	0.636	1.822	0.163	9.388	0.000	LSD: 2>1>3
	已婚(有小孩)	2.31	0.756					
技能協商策略	未婚	2.55	0.672					
	已婚	6.23	0.436	3.001	0.051	5.502	0.004	LSD: 2>1,3
	已婚(有小孩)	3.48	0.665					
人際協商策略	未婚	2.94	0.840					
	已婚	3.41	0.535	3.207	0.042	不適用		Tamhane 檢定 2>1>3
	已婚(有小孩)	2.30	0.778					

(續下頁)

表4.17不同家庭狀況民眾對休閒阻礙協商策略差異分析摘要表(續)

構面	家庭狀況	平均數	標準差	變異數同質性檢定		ANOVA		事後比較
				Levene	P 值	F 值	P 值	
整體休閒阻礙協商策略	未婚	3.01	0.610	0.155	0.857	22.68 6	0.000	LSD: 2>1>3
	已婚	3.28	0.460					
	已婚(有小孩)	2.65	0.539					

資料來源:本研究整理

4.4 疫情前後休閒活動參與、休閒阻礙協商策略之差異分析

成對樣本T檢定主要是檢定成對樣本間的平均值是否有顯著差異，本研究用來檢定民眾在疫情前後參與休閒活動的選擇、以及對於休閒阻礙的協商策略，有沒有顯著的差異。

1. 疫情前後休閒活動參與之成對樣本T檢定

在疫情前後參與休閒活動的選擇之成對樣本T檢定下，所有題項皆有達到顯著並高度相關。結果如下表4.18

表 4.18 疫情前後休閒活動參與之成對樣本 T 檢定分析摘要表

變項	構面	疫情前		疫情後		t	P-value
		平均數	標準差	平均數	標準差		
休閒活動參與	社交活動性	3.56	0.870	2.49	0.862	22.883	0.000
	嗜好興趣性	3.24	0.920	2.46	0.888	15.824	0.000
	知識文化性	3.04	0.862	2.15	0.827	19.936	0.000

(續下頁)

表 4.18 疫情前後休閒活動參與之成對樣本 T 檢定分析摘要表(續)

變項	構面	疫情前		疫情後		t	P-value
		平均數	標準差	平均數	標準差		
休閒活動參與	運動體能性	3.05	1.120	2.33	1.031	14.077	0.000
	旅遊休憩性	3.21	0.911	2.25	0.899	18.094	0.000
	視聽娛樂性	3.28	0.940	2.25	0.980	20.859	0.000
	線上休閒性	3.45	1.008	3.61	1.070	-3.816	0.000

資料來源:本研究整理

2. 疫情前後休閒阻礙協商策略之成對樣本T檢定

在疫情前後對於休閒阻礙協商策略的使用之成對樣本T檢定下，所有題項皆有達到顯著並高度相關。結果如下表4.19

表 4.19 疫情前後休閒阻礙協商策略之成對樣本 T 檢定分析摘要表

構面	題項	疫情前		疫情後		t	P-value
		平均數	標準差	平均數	標準差		
時間協商策略	1.我會抽空參加休閒活動。	3.84	0.804	2.92	0.953	18.344	0.000
	2.我進行休閒活動，會避免人潮聚集。	2.93	0.986	4.02	0.827	-16.162	0.000
	3.有空閒時間時，我會將休閒活動列為優先處理的事。	3.46	0.831	2.75	0.938	13.465	0.000
	4.我會趕快把工作完成，以便有多餘的休閒時間。	3.81	0.752	3.24	0.989	11.158	0.000
	5.我會為了參加休閒活動而改變我的作息時間（如早起或晚睡等）	3.42	0.929	2.92	0.978	10.329	0.000

(續下頁)

表 4.19 疫情前後休閒阻礙協商策略成對樣本 T 檢定分析摘要表(續)

構面	題項	疫情前		疫情後		t	P-value
		平均數	標準差	平均數	標準差		
金錢協商策略	6.我會向別人借設備以利參加休閒活動。	2.78	0.993	2.41	0.950	8.579	0.000
	7.我會租用設備參加休閒活動。	2.55	0.965	2.29	0.951	6.983	0.000
	8.我會利用替代設備(如跑步機)進行休閒活動。	2.81	0.995	2.96	1.003	-2.892	0.004
技能協商策略	9.我會自學以改善技巧(看書、搜尋影片)。	3.27	0.903	3.43	0.911	-4.327	0.000
	10.我會向別人請教以改善技巧。	3.32	0.805	3.18	0.867	3.845	0.000
	11.我會上線上課程以便學習技巧。	3.06	0.970	3.51	0.901	-8.843	0.000
	12.我會上實體課程以便學習技巧。	3.44	0.909	2.74	0.950	12.128	0.000
	13.我會在家自我訓練維持技能。	3.11	0.892	3.26	0.874	-3.437	0.000
人際協商策略	14.我找有類似興趣的朋友或網友一起參加休閒活動。	3.46	0.950	2.82	0.973	11.431	0.000
	15.我和同年齡層的朋友一起參加休閒活動。	3.54	0.861	2.95	1.002	10.540	0.000

(續下頁)

表 4.19 疫情前後休閒阻礙協商策略成對樣本 T 檢定分析摘要表(續)

構面	題項	疫情前		疫情後		t	P-value
		平均數	標準差	平均數	標準差		
人際協商策略	16.我找同事一起參加休閒活動。	3.31	0.977	2.70	0.995	11.469	0.000
	17.我和朋友一起安排交通工具。	3.35	1.038	2.73	1.061	11.106	0.000
	18.我會答應朋友邀約參加休閒活動。	3.70	0.821	2.87	0.937	14.955	0.000

資料來源:本研究整理

4.5 民眾的休閒阻礙協商策略對休閒活動參與之影響分析

1. 民眾的休閒阻礙協商策略對社交活動性休閒活動參與之影響分析

為了解何項因素會影響民眾疫情後社交活動性休閒活動的參與，本研究將人口背景變數、疫情前後休閒阻礙協商策略的變化量、疫情前社交活動性休閒活動設為自變項，疫情後社交活動性休閒活動設為依變項，進行虛擬多元迴歸分析。以不同人口背景虛擬變數題項，其中包括性別、教育程度、月收入、家庭狀況(已婚為對照組)，與疫情前社交活動性休閒活動、疫情前後休閒阻礙協商策略的變化量為控制題項來檢測對於社交活動性休閒活動的相關性及影響。

由表 4.20 可知，調整後的 R^2 為 0.651，而 F 值為 51.124，模型配適度良好，「疫情前社交活動性休閒活動」、「我和朋友一起安排交通工具」、「我會抽空參加休閒活動」、「家庭狀況」、「我會上線上課程以便學習技巧」、「月收入」、「我會利用替代設備(如跑步機)進行休閒活動」、「我會在家自我訓練維持技能」、「我會租用設備參加休閒活動」，這 9 個變數可以預測疫情後，受測者社交活動性休閒活動的參與之 65.1% 的解釋變異量，有不錯的可信度。

結果顯示，「家庭狀況」構面的影響程度最大(β 值=0.580)，其次是「疫情前社交活動性休閒活動」(β 值=0.504)，其中「家庭狀況」是採用已婚為對照組，資料表明未婚的受試者相對於已婚的受試者，對於疫情下社交活動性休閒活動的參與，有更大的影響力，這表示結婚前，對於社交性的休閒活動，會更熱衷的參與。本研究假設 H3.1 部分成立。

表 4. 20 民眾的休閒阻礙協商策略對社交活動性休閒活動參與之影響分

析摘要表							
ANOVA							
模式	平方和	df	平均平方和	F	顯著性		
迴歸	172.344	13	13.257	51.124	0.000***		
殘差	87.130	336	0.259				
總數	259.474	349					
係數							
模式	未標準化係數		標準化	t	顯著性	共線性	
	β 之估 計值	標準 誤差	Beta 分配			允差	VIF
(常數)	0.337	0.162		2.078	0.038		
疫情前社交活 動性休閒活動	0.504	0.035	0.509	14.469	0.000	0.808	1.237
我和朋友一起 安排交通工具	0.230	0.035	0.280	6.539	0.000	0.544	1.838
我會抽空參加 休閒活動	0.193	0.041	0.209	4.757	0.000	0.518	1.930

(續下頁)

表 4.20 民眾的休閒阻礙協商策略對社交活動性休閒活動參與之影響分析

摘要表(續)

模式	未標準化係數		標準化	t	顯著性	共線性	
	β 之估		係數			統計量	
	計值	標準	Beta			允差	VIF
	誤差	分配					
家庭狀況	0.580	0.089	0.333	6.506	0.000	0.382	2.617
我會上線上課程以便學習技巧	0.247	0.038	0.268	6.579	0.000	0.601	0.663
月收入	0.122	0.028	0.149	4.335	0.000	0.844	1.184
我會利用替代設備(如跑步機)進行休閒活動	-0.087	0.033	-0.097	-2.655	0.008	0.744	1.345
我會在家自我訓練維持技能	-0.213	0.046	-0.200	-4.669	0.000	0.544	1.837
我會租用設備參加休閒活動	-0.277	0.064	-0.224	-4.362	0.000	0.379	2.638

預測變數：(常數),疫情前社交活動性休閒活動,我和朋友一起安排交通工具,我會抽空參加休閒活動,家庭狀況,我會上線上課程以便學習技巧,月收入,我會利用替代設備(如跑步機)進行休閒活動,我會在家自我訓練維持技能,我會租用設備參加休閒活動

依變數：疫情後社交活動性休閒活動

註：F=51.124，調整後的 R² 為：0.651，*p<0.05；**p<0.01；***p<0.001

資料來源:本研究整理

2. 民眾的休閒阻礙協商策略對嗜好興趣性休閒活動參與之影響分析

為了解何項因素會影響民眾疫情後嗜好興趣性休閒活動的參與，本研究將人口背景變數、疫情前後休閒阻礙協商策略的變化量、疫情前嗜好興趣性休閒活動設為自變項，疫情後嗜好興趣性休閒活動設為依變項，進行虛擬多元迴歸分析。以不同人口背景虛擬變數題項，其中包括性別、教育程度、月收入、家庭狀況(已婚為對照組)，與疫情前嗜好興趣性休閒活動、疫情前後休閒阻礙協商策略的變化量為控制題項來檢測對於嗜好興趣性休閒活動的相關性及影響。

由表 4.21 可知，調整後的 R^2 為 0.496，而 F 值為 49.987，模型配適度良好，「疫情前嗜好興趣性休閒活動」、「我和同年齡層的朋友一起參加休閒活動」、「家庭狀況」、「我會趕快把工作完成，以便有多餘的休閒時間」、「我會向別人借設備以利參加休閒活動」、「我會租用設備參加休閒活動」、「我會答應朋友的邀約參加休閒活動」，這 7 個變數可以預測疫情後，受測者嗜好興趣性休閒活動的參與之 49.987% 的解釋變異量，有不錯的可信度。

結果顯示，「疫情前嗜好興趣性休閒活動」構面的影響程度最大(β 值=0.486)，其次是「家庭狀況」(β 值=0.416)。資料其中「我會趕快把工作完成，以便有多餘的休閒時間」，表示越充裕的時間，會讓受試者有更大的動力去培養自己的嗜好興趣，另外「我會答應朋友的邀約參加休閒活動」，表示當朋友一起邀約時，會加深受試者參與此類活動的動力。本研究假設 H3.2 部分成立。

表 4.21 民眾的休閒阻礙協商策略對嗜好興趣性休閒活動參與之影響分析

摘要表

ANOVA							
模式	平方和	df	平均平方和	F	顯著性		
迴歸	139.041	7	19.863	49.987	0.000***		
殘差	135.899	342	0.397				
總數	274.940	349					

係數							
模式	未標準化係數		標準化係數	t	顯著性	共線性統計量	
	β 之估計值	標準誤差	Beta 分配			允差	VIF
(常數)	0.938	0.129		7.261	0.000		
疫情前嗜好興趣性 休閒活動	0.486	0.037	0.504	13.043	0.000	0.969	1.032
我和同年齡層的朋友 一起參加休閒活動	0.115	0.053	0.136	2.181	0.030	0.372	2.689
家庭狀況	0.416	0.071	0.232	5.882	0.000	0.930	1.076
我會趕快把工作完成， 以便有多餘的休閒時間	0.184	0.044	0.200	4.214	0.000	0.643	1.555
我會向別人借設備以利 參加休閒活動	0.236	0.056	0.214	4.244	0.000	0.570	1.753
我會租用設備參加 休閒活動	-0.248	0.070	-0.195	-3.555	0.000	0.481	2.081
我會答應朋友的邀約 參加休閒活動	0.117	0.048	0.136	2.416	0.016	0.455	2.199

預測變數：(常數),疫情前嗜好興趣性休閒活動,我和同年齡層的朋友一起參加休閒活動,家庭狀況,我會趕快把工作完成，以便有多餘的休閒時間」,我會向別人借設備以利參加休閒活動,我會租用設備參加休閒活動,我會答應朋友的邀約參加休閒活動

依變數：疫情後嗜好興趣性休閒活動

註：F=49.987，調整後的 R^2 為：0.496，* $p < 0.05$ ；** $p < 0.01$ ；*** $p < 0.001$

資料來源：本研究整理

3. 民眾的休閒阻礙協商策略對知識文化性休閒活動參與之影響分析

為了解何項因素會影響民眾疫情後知識文化性休閒活動的參與，本研究將人口背景變數、疫情前後休閒阻礙協商策略的變化量、疫情前知識文化性休閒活動設為自變項，疫情後知識文化性休閒活動設為依變項，進行虛擬多元迴歸分析。以不同人口背景虛擬變數題項，其中包括性別、教育程度、月收入、家庭狀況(已婚為對照組)，與疫情前知識文化性休閒活動、疫情前後休閒阻礙協商策略的變化量為控制題項來檢測對於知識文化性休閒活動的相關性及影響。

由表 4.22 可知，調整後的 R^2 為 0.537，而 F 值為 46.015，模型配適度良好，「疫情前知識文化性休閒活動」、「我會答應朋友的邀約參加休閒活動」、「我會抽空參加休閒活動」、「我會上線上課程以便學習技巧」、「我會自學以改善技巧(看書、搜尋影片)」、「我和朋友一起安排交通工具」、「我會上實體課程以便學習技巧」、「我會趕快把工作完成，以便有多餘的休閒時間」、「我找有類似興趣的朋友或網友一起參加休閒活動」，這 9 個變數可以預測疫情後，受測者知識文化性休閒活動的參與之 53.7% 的解釋變異量，有不錯的可信度。

結果顯示，「疫情前知識文化性休閒活動」構面的影響程度最大(β 值=0.594)，其次是「我和朋友一起安排交通工具」(β 值=0.158)。資料中有「我會趕快把工作完成，以便有多餘的休閒時間」和「我會抽空參加休閒活動」，表示為了參與知識文化類的活動，受試者會願意特地花時間或製造出時間。本研究假設 H3.3 部分成立。

表 4.22 民眾的休閒阻礙協商策略對知識文化性休閒活動參與之影響分析

摘要表

ANOVA							
模式	平方和	df	平均平方和	F	顯著性		
迴歸	131.233	9	14.851	46.015	0.000***		
殘差	107.741	340	0.317				
總數	238.974	349					

係數								
模式	未標準化係數		標準化係數		t	顯著性	共線性統計量	
	β 之估計值	標準誤差	Beta	分配			允差	VIF
疫情前知識文化性休閒活動我會答應朋友的邀約參加休閒活動	0.594	0.036	0.619	16.335	0.000	0.923	1.083	
我會抽空參加休閒活動	0.103	0.051	0.129	2.014	0.045	0.324	3.083	
我會上線上課程以便學習技巧	0.125	0.046	0.141	2.687	0.008	0.483	2.069	
我會自學以改善技巧(看書、搜尋影片)	0.112	0.037	0.127	3.015	0.003	0.744	1.344	
我和朋友一起安排交通工具	-0.121	0.050	-0.101	-2.402	0.017	0.750	1.334	
我會上實體課程以學習技巧	0.158	0.046	0.200	3.426	0.001	0.387	2.582	
	-0.110	0.039	-0.142	-2.843	0.005	0.531	1.883	

(續下頁)

表 4.22 民眾的休閒阻礙協商策略對知識文化性休閒活動參與之影響分析

摘要表(續)

模式	未標準化係數		標準化係數		t	顯著性	共線性統計量	
	β 之估	標準	Beta				允差	VIF
	計值	誤差	分配					
我會趕快把工作完成，以便有多餘的休閒時間」	0.111	0.039	0.129	2.803	0.005	0.629	1.590	
我找有類似興趣的朋友或網友一起參加休閒活動	0.145	0.043	0.184	3.353	0.001	0.438	2.282	

預測變數：(常數),疫情前知識文化性休閒活動,我會答應朋友的邀約參加休閒活動,我會抽空參加休閒活動,我會上線上課程以便學習技巧,我會自學以改善技巧(看書、搜尋影片),我和朋友一起安排交通工具,我會上實體課程以便學習技巧,我會趕快把工作完成，以便有多餘的休閒時間,我找有類似興趣的朋友或網友一起參加休閒活動

依變數：疫情後知識文化性休閒活動

註：F=46.015，調整後的 R² 為：0.537，* p<0.05；** p<0.01；*** p<0.001

資料來源:本研究整理

4.民眾的休閒阻礙協商策略對運動體能性休閒活動參與之影響分析

為了解何項因素會影響民眾疫情後運動體能性休閒活動的參與，本研究將人口背景變數、疫情前後休閒阻礙協商策略的變化量、疫情前運動體能性休閒活動設為自變項，疫情後運動體能性休閒活動設為依變項，進行虛擬多元迴歸分析。以不同人口背景虛擬變數題項，其中包括性別、教育程度、月收入、家庭狀況(已婚為對照組)，與疫情前運動體

能性休閒活動、疫情前後休閒阻礙協商策略的變化量為控制題項來檢測對於運動體能性休閒活動的相關性及影響。

由表 4.23 可知，調整後的 R^2 為 0.582，而 F 值為 70.305，模型配適度良好，「疫情前運動體能性休閒活動」、「我會抽空參加休閒活動」、「有空閒時間時，我會將休閒活動列為優先處理的事」、「我會利用替代設備(如跑步機)進行休閒活動」、「我會上實體課程以便學習技巧」、「我找同事一起參加休閒活動」、「我會趕快把工作完成，以便有多餘的休閒時間」，這 7 個變數可以預測疫情後，受測者運動體能性休閒活動的參與之 58.2% 的解釋變異量，有不錯的可信度。

結果顯示，「疫情前運動體能性休閒活動」構面的影響程度最大(β 值=0.566)，其次是「我會抽空參加休閒活動」(β 值=0.288)。資料其中「我會趕快把工作完成，以便有多餘的休閒時間」、「有空閒時間時，我會將休閒活動列為優先處理的事」和「我會抽空參加休閒活動」，表示受試者會願意特地花時間或製造出時間，並且是優先的去參與運動體能類的活動。本研究假設 H3.4 部分成立。

表 4.23 民眾的休閒阻礙協商策略對運動體能性休閒活動參與之影響分析

摘要表					
ANOVA					
模式	平方和	df	平均平方和	F	顯著性
迴歸	218.811	7	31.259	70.305	0.000***
殘差	152.058	342	0.445		
總數	370.869	349			

(續下頁)

表 4.23 民眾的休閒阻礙協商策略對運動體能性休閒活動參與之影響分析

摘要表(續)

模式	未標準化係數		標準化係數		t	顯著性	共線性統計量	
	β 之估	標準	Beta				允差	VIF
	計值	誤差	分配					
(常數)	0.982	0.109			8.987	0.000		
疫情前運動體能性休閒活動	0.566	0.034	0.615		16.831	0.000	0.897	1.114
我會抽空參加休閒活動	0.288	0.054	0.261		5.326	0.000	0.500	1.999
有空閒時間時，我會將休閒活動列為優先處理的事	0.143	0.051	0.137		2.815	0.005	0.506	1.976
我會利用替代設備(如跑步機)進行休閒活動	0.214	0.041	0.199		5.231	0.000	0.827	1.210
我會上實體課程以便學習技巧	-0.256	0.043	-0.266		-2.984	0.000	0.605	1.653
我找同事一起參加休閒活動	0.205	0.049	0.198		4.157	0.000	0.528	1.893
我會趕快把工作完成，以便有多餘的休閒時間	0.182	0.052	0.170		3.484	0.001	0.503	1.990

預測變數：(常數),疫情前運動體能性休閒活動,我會抽空參加休閒活動,有空閒時間時,我會將休閒活動列為優先處理的事,我會利用替代設備(如跑步機)進行休閒活動,我會上實體課程以便學習技巧,我找同事一起參加休閒活動,我會趕快把工作完成,以便有多餘的休閒時間

依變數：疫情後運動體能性休閒活動

註：F=70.305，調整後的 R^2 為：0.582，* $p < 0.05$ ；** $p < 0.01$ ；*** $p < 0.001$

資料來源:本研究整理

5. 民眾的休閒阻礙協商策略對旅遊休憩性休閒活動參與之影響分析

為了解何項因素會影響民眾疫情後旅遊休憩性休閒活動的參與，本研究將人口背景變數、疫情前後休閒阻礙協商策略的變化量、疫情前旅遊休憩性休閒活動設為自變項，疫情後旅遊休憩性休閒活動設為依變項，進行虛擬多元迴歸分析。以不同人口背景虛擬變數題項，其中包括性別、教育程度、月收入、家庭狀況(已婚為對照組)，與疫情前旅遊休憩性休閒活動、疫情前後休閒阻礙協商策略的變化量為控制題項來檢測對於旅遊休憩性休閒活動的相關性及影響。

由表 4.24 可知，調整後的 R^2 為 0.467，而 F 值為 34.980，模型配適度良好，「疫情前旅遊休憩性休閒活動」、「我找有類似興趣的朋友或網友一起參加休閒活動」、「我會抽空參加休閒活動」、「月收入」、「我會為了參加休閒活動而改變我的作息時間(如早起或晚睡等)」、「我會向別人借設備以利參加休閒活動」、「我和朋友一起安排交通工具」、「我會向別人請教以改善技巧」、「性別」，這 9 個變數可以預測疫情後，受測者旅遊休憩性休閒活動的參與之 46.7% 的解釋變異量，有不錯的可信度。

結果顯示，「疫情前旅遊休憩性休閒活動」構面的影響程度最大(β 值=0.551)，其次是「我會為了參加休閒活動而改變我的作息時間(如早起或晚睡等)」(β 值=0.222)。其中「我會為了參加休閒活動而改變我的作息時間(如早起或晚睡等)」、「我會抽空參加休閒活動」，表示受試者

會願意為了出門旅遊，仔細規劃時間，特別是早起。本研究假設 H3.5 部分成立。

表 4.24 民眾的休閒阻礙協商策略對旅遊休憩性休閒活動參與之影響分析

摘要表							
ANOVA							
模式	平方和	df	平均平方和	F	顯著性		
迴歸	135.755	9	15.804	34.980	0.000***		
殘差	146.614	340	0.431				
總數	282.369	349					
係數							
模式	未標準化係數		標準化	t	顯著性	共線性	
	β 之估計值	標準誤差	Beta 分配			允差	VIF
(常數)	0.286	0.215		0.329	0.185		
疫情前旅遊休憩性休閒活動	0.551	0.040	0.558	13.637	0.000	0.913	1.095
我找有類似興趣的朋友或網友一起參加休閒活動	0.209	0.050	0.244	4.219	0.000	0.455	2.196
我會抽空參加休閒活動	0.158	0.055	0.164	2.884	0.004	0.474	2.111
月收入	0.135	0.034	0.159	3.975	0.000	0.956	1.046
我會為了參加休閒活動而改變我的作息時間(如早起或晚睡等)	0.222	0.055	0.225	4.073	0.000	0.500	2.000

(續下頁)

表 4.24 民眾的休閒阻礙協商策略對旅遊休憩性休閒活動參與之影響分析

摘要表(續)

模式	係數					共線性	
	未標準化係數		標準化	t	顯著性	統計量	
	β 之估 計值	標準 誤差	Beta 分配			允差	VIF
我會向別人借 設備以利參加 休閒活動	-0.180	0.54	-0.161	-3.327	0.001	0.655	1.528
我和朋友一起 安排交通工具	0.147	0.45	0.171	3.275	0.001	0.558	1.793
我會向別人請 教以改善技巧	-0.200	0.75	-0.148	-2.665	0.008	0.492	2.033
性別	0.169	0.80	0.088	2.210	0.035	0.879	1.137

預測變數：(常數),疫情前旅遊休憩性休閒活動,我找有類似興趣的朋友或
 網友一起參加休閒活動,我會抽空參加休閒活動,月收入,我會為了參加休
 閒活動而改變我的作息時間(如早起或晚睡等),我會向別人借設備以利參
 加休閒活動,我和朋友一起安排交通工具,我會向人請教以改善技巧,性別
 依變數：疫情後旅遊休憩性休閒活動

註：F=34.980，調整後的 R² 為：0.467，*p<0.05；**p<0.01；***p<0.001

資料來源:本研究整理

6. 民眾的休閒阻礙協商策略對視聽娛樂性休閒活動參與之影響分析

為了解何項因素會影響民眾疫情後視聽娛樂性休閒活動的參與，本
 研究將人口背景變數、疫情前後休閒阻礙協商策略的變化量、疫情前視
 聽娛樂性休閒活動設為自變項，疫情後視聽娛樂性休閒活動設為依變
 項，進行虛擬多元迴歸分析。以不同人口背景虛擬變數題項，其中包括
 性別、教育程度、月收入、家庭狀況(已婚為對照組)，與疫情前視聽娛

樂性休閒活動、疫情前後休閒阻礙協商策略的變化量為控制題項來檢測對於視聽娛樂性休閒活動的相關性及影響。

由表 4.25 可知，調整後的 R^2 為 0.494，而 F 值為 38.877，模型配適度良好，「疫情前視聽娛樂性休閒活動」、「我會抽空參加休閒活動」、「我會趕快把工作完成，以便有多餘的休閒時間」、「我會上實體課程以便學習技巧」、「我和朋友一起安排交通工具」、「月收入」、「我會向別人請教以改善技巧」、「性別」、「我和同年齡層的朋友一起參加休閒活動」，這 9 個變數可以預測疫情後，受測者視聽娛樂性休閒活動的參與之 49.4% 的解釋變異量，有不錯的可信度。

結果顯示，「疫情前視聽娛樂性休閒活動」構面的影響程度最大 (β 值=0.552)，其次是「我會趕快把工作完成，以便有多餘的休閒時間」 (β 值=0.224)。其中「我會趕快把工作完成，以便有多餘的休閒時間」、「我會抽空參加休閒活動」、「我和朋友一起安排交通工具」、「我和同年齡層的朋友一起參加休閒活動」，表示受試者會願意特地花時間或製造出時間，參與視聽娛樂類的活動，有朋友陪伴時更是如此。本研究假設 H3.6 部分成立。

表 4.25 民眾的休閒阻礙協商策略對視聽娛樂性休閒活動參與之影響分

析摘要表

ANOVA					
模式	平方和	df	平均平方和	F	顯著性
迴歸	169.857	9	18.873	38.887	0.000***
殘差	165.012	340	0.485		
總數	334.869	349			

(續下頁)

表 4.25 民眾的休閒阻礙協商策略對視聽娛樂性休閒活動參與之影響分析

摘要表(續)

模式	未標準化係數		標準化係數		t	顯著性	共線性統計量	
	β 之估	標準	Beta				允差	VIF
	計值	誤差	分配					
(常數)	0.236	0.232			1.016	0.310		
疫情前視聽娛樂性休閒活動	0.552	0.041	0.529		13.324	0.000	0.918	1.089
我會抽空參加休閒活動	0.206	0.054	0.196		3.809	0.000	0.547	1.829
我會趕快把工作完成，以便有多餘的休閒時間	0.224	0.051	0.220		4.407	0.000	0.583	1.715
我會上實體課程以便學習技巧	-0.222	0.049	-0.243		-4.574	0.000	0.515	1.942
我和朋友一起安排交通工具	0.190	0.055	0.203		3.444	0.001	0.416	2.406
月收入	0.100	0.037	0.107		2.685	0.008	0.906	1.104
我會向別人請教以改善技巧	-0.206	0.073	-0.140		-2.818	0.005	0.585	1.711
性別	0.177	0.085	0.085		2.097	0.037	0.878	1.139
我和同年齡層的朋友一起參加休閒活動	0.117	0.058	0.125		2.016	0.045	0.378	2.647

預測變數：(常數),疫情前視聽娛樂性休閒活動,我會抽空參加休閒活動,我會趕快把工作完成,以便有多餘的休閒時間,我會上實體課程以便學習技巧,我和朋友一起安排交通工具,月收入,我會向別人請教以改善技巧,性別,我和同年齡層的朋友一起參加休閒活動

依變數：疫情後視聽娛樂性休閒活動

註：F=38.887，調整後的 R^2 為：0.494，* $p < 0.05$ ；** $p < 0.01$ ；*** $p < 0.001$

資料來源:本研究整理

7.民眾的休閒阻礙協商策略對線上休閒性休閒活動參與之影響分析

為了解何項因素會影響民眾疫情後線上休閒性休閒活動的參與，本研究將人口背景變數、疫情前後休閒阻礙協商策略的變化量、疫情前線上休閒性休閒活動設為自變項，疫情後線上休閒性休閒活動設為依變項，進行虛擬多元迴歸分析。以不同人口背景虛擬變數題項，其中包括性別、教育程度、月收入、家庭狀況(已婚為對照組)，與疫情前線上休閒性休閒活動、疫情前後休閒阻礙協商策略的變化量為控制題項來檢測對於線上休閒性休閒活動的相關性及影響。

由表 4.26 可知，調整後的 R^2 為 0.722，而 F 值為 70.849，模型配適度良好，「疫情前線上休閒性休閒活動」、「我會上線上課程以便學習技巧」、「教育程度」、「我進行休閒活動，會避免人潮聚集」、「我會向別人借設備以利參加休閒活動」、「我會答應朋友邀約參加休閒活動」、「我會向別人請教以改善技巧」、「我會在家自我訓練維持技能」、「月收入」，這 9 個變數可以預測疫情後，受測者線上休閒性休閒活動的參與之 70.2% 的解釋變異量，有不錯的可信度。

結果顯示，「疫情前線上休閒性休閒活動」構面的影響程度最大(β 值=0.835)，其次是「我會向別人請教以改善技巧」(β 值=0.279)。其中「我會上線上課程以便學習技巧」本身就是屬於一種線上休閒的行為，

另外「我進行休閒活動，會避免人潮聚集」表示在疫情下減少出門，對於線上休閒活動的參與有正向影響力。本研究假設 H3.7 部分成立。

表 4.26 民眾的休閒阻礙協商策略對線上休閒性休閒活動參與之影響分析

摘要表							
ANOVA							
模式	平方和	df	平均平方和	F	顯著性		
迴歸	292.624	13	22.510	70.849	0.000***		
殘差	106.750	336	0.318				
總數	399.374	349					
係數							
模式	未標準化係數		標準化	t	顯著性	共線性	
	β 之估計值	標準誤差	Beta 分配			允差	VIF
(常數)	-0.254	0.181		-1.403	0.162		
疫情前線上休閒性休閒活動	0.835	0.032	0.787	26.172	0.000	0.880	1.137
我會上線上課程以便學習技巧	0.146	0.042	0.128	3.478	0.001	0.587	1.173
教育程度	0.247	0.062	0.135	3.965	0.000	0.688	1.453
我進行休閒活動，會避免人潮聚集	0.087	0.029	0.103	3.066	0.002	0.701	1.426
我會向別人借設備以利參加休閒活動	0.144	0.046	0.108	3.130	0.002	0.663	1.509

(續下頁)

表 4.26 民眾的休閒阻礙協商策略對線上休閒性休閒活動參與之影響分析

摘要表(續)

模式	未標準化係數		標準化係數		t	顯著性	共線性統計量	
	β 之估	標準	Beta				允差	VIF
	計值	誤差	分配					
我會答應朋友邀約參加休閒活動	-0.139	0.47	-0.134	-2.965	0.003	0.387	2.584	
我會向別人請教以改善技巧	0.279	0.62	0.174	4.539	0.000	0.540	1.852	
我會在家自我訓練維持技能	0.178	0.47	0.134	3.781	0.000	0.631	1.584	
月收入	0.079	0.33	0.78	2.372	0.018	0.741	1.350	

預測變數：(常數),疫情前線上休閒性休閒活動,我會上線上課程以便學習技巧,教育程度,我進行休閒活動,會避免人潮聚集,我會向別人借設備以利參加休閒活動,我會答應朋友邀約參加休閒活動,我會向別人請教以改善技巧,我會在家自我訓練維持技能,月收入

依變數：疫情後線上休閒性休閒活動

註：F=38.887，調整後的 R² 為：0.494，*p<0.05；**p<0.01；***p<0.001

資料來源:本研究整理

第五章 結論與建議

本研究是探究在新冠肺炎疫情下，民眾的休閒活動參與和疫情前有什麼樣的差異，以及休閒阻礙的協商策略有無不同，接著進一步探究之間的差異性，藉由統計分析得到研究結果。本章根據研究結果歸納其結論，並提出建議以供一般民眾及後續研究者參考。

5.1 結論

5.1.1 假說驗證

本研究的假說在分析探討後統整為表 5.1 所示，說明如下：本研究假說 H1 部分成立，不同背景的民眾在疫情下休閒活動參與的類型有顯著差異。假說 H2 部分成立，不同背景的民眾在疫情下的休閒阻礙協商策略有顯著差異。假說 H3 部分成立，民眾的休閒阻礙協商策略對社交活動性休閒活動參與有顯著影響。

表 5.1 研究假說驗證結果彙整表

研究假說	驗證結果	說明
H1、不同背景的民眾在疫情下休閒活動參與的類型有顯著差異	部分成立	
H2：不同背景的民眾在疫情下的休閒阻礙協商策略有顯著差異	部分成立	
H3、民眾的休閒阻礙協商策略對疫情下休閒活動參與有顯著相關	部分成立	

資料來源:本研究整理

5.1.2 民眾休閒活動參與情形

1. 民眾休閒活動參與情形

(1) 疫情前民眾休閒活動參與情形

民眾疫情前整體的休閒活動參與以「社交活動性」構面最高，其次依序為「線上休閒性」、「視聽娛樂性」、「嗜好興趣性」、「旅遊休憩性」、「運動體能性」，而在「知識文化性」構面的休閒參與最低。

(2) 疫情後民眾休閒活動參與現況

民眾疫情後整體的休閒活動參與以「線上休閒性」構面最高，其次依序為「社交活動性」、「嗜好興趣性」、「運動體能性」、「旅遊休憩性」、「視聽娛樂性」，而在「知識文化性」構面的休閒參與最低。從資料可知，除了線上休閒性的平均數增加，受訪者在其餘 6 類的休閒活動參與，都呈現下降的情形，可見民眾受疫情影響，需要去到戶外甚至人潮聚集的活動，都大幅減少，唯有線上休閒性的活動，因在家就可完成，所以民眾參與程度反而更高。

2. 不同背景的民眾在疫情下休閒活動參與的類型呈現部分顯著差異

(1) 在性別方面，研究發現「運動體能性」的休閒活動，有顯著差異。

且男性比女性有更高的參與程度，顯示相對於女性，男性對於運動體能類的活動有更高的興趣。

(2) 在年齡方面，「社交活動性」、「嗜好興趣性」、「運動體能性」、「視聽娛樂性」、「線上休閒性」皆有顯著差異。其中「運動體能性」的

休閒活動參與上，31 到 40 歲的民眾顯著高於 41 到 50 歲，本研究推測，可能原因為相對於 41 到 50 歲的民眾，31 到 40 歲的民眾，體力處於比較良好的狀況，更願意參與運動體能的休閒活動；

「線上休閒性」方面，21到30歲、31到40歲、41到50歲的民眾都顯著高於51歲以上的民眾，可能原因是受限於線上休閒類，大多需要3C設備，而相對其他年齡段，51歲以上的長輩，對於3C的相關接觸，遠遠不如其他年齡段，所以呈現出51歲以上的民眾在「線上休閒性」的參與程度相對較低。

(3)在職業方面，「社交活動性」、「嗜好興趣性」、「知識文化性」、「運動體能性」、「旅遊休憩性」、「視聽娛樂性」、「線上休閒性」皆有顯著差異，「整體休閒活動參與」方面，學生顯著高於軍公教，並同時高於製造業和家管，職業為服務業的民眾也高於製造業和家管，其他類別的則顯著高於另外5種類別，本研究推測，可能原因是學生、軍公教、服務業，相對屬於時間較彈性的工作，所以對於休閒活動的參與程度較高。

(4)在教育程度方面，「社交活動性」、「嗜好興趣性」、「知識文化性」、「運動體能性」、「旅遊休憩性」、「視聽娛樂性」、「運動體能性」、「旅遊休憩性」、「視聽娛樂性」、「線上休閒性」皆有顯著差異，除「線上休閒性」的其他構面，研究所(含以上)學歷的民眾顯著高於專科、大學再高於高中職(含以下)學歷的民眾。本研究認為，可能原因是以台灣的教育情況來看，早期台灣受高等教育情型較不普遍，相較於現在年輕人大多有大學以上的學歷，長輩們學歷普遍較低，故受訪民眾中年輕族群和學歷高族群多有重疊，合理推測此結果和不同年齡民眾結果相仿，年輕人對休閒活動參與的熱情較高。

(5)在月收入方面，「社交活動性」、「嗜好興趣性」、「運動體能性」、「旅遊休憩性」、「視聽娛樂性」皆有顯著差異。其中在「旅遊休憩性」的休閒活動參與，月收入在7萬以上的民眾顯著高於3萬以

下、30001-50000、50001-70000的民眾，本研究推測，可能原因是7萬以上的月收入，在台灣已經屬於相當不錯的收入，扣除生活所需開銷後，相對有更多預算可花費在規劃旅遊行程上。

(6)在家庭狀況方面，「社交活動性」、「嗜好興趣性」、「知識文化性」、「運動體能性」、「旅遊休憩性」、「視聽娛樂性」、「線上休閒性」皆有顯著差異，其中在「社交活動性」的休閒活動參與上，未婚的民眾顯著高於已婚再高於已婚(有小孩)的民眾，本研究推測，可能原因是單身的身分，在社交活動的安排，有更充足的時間；「嗜好興趣性」方面，未婚和已婚的民眾都顯著高於已婚(有小孩)的民眾，本研究推測，可能原因是相對於有小孩的家庭來說，未婚和已婚且沒有小孩的民眾，不需遷就於孩子，能多保留空間給自己的愛好。

5.1.3 民眾休閒阻礙協商策略使用情形

1. 民眾休閒阻礙協商使用情形

(1) 疫情前民眾休閒阻礙協商使用情形

疫情前民眾休閒阻礙協商策略使用以「時間協商策略」最高，接下來依序為「人際協商策略」、「技能協商策略」，而在「金錢協商策略」之使用為最低。

(2) 疫情下民眾休閒阻礙協商使用現況

疫情後民眾休閒阻礙協商策略使用以「技能協商策略」最高，接下來依序為「時間協商策略」、「人際協商策略」，而在「金錢協商策略」之使用為最低。而從子題項來看，平均值最高的是「我進行休閒活動，會避免人潮聚集。」，其次為「我會上線上課程以便學習技巧」、「我會自學以改善技巧(看書、搜尋影片)」、「我會在家自我訓練維持技能」，可以發現受疫情影響，協商策略使用

頻率較高的，皆和避開人群或是在家運用的策略有關，此結果表示雖受到疫情影響，但民眾依舊會透過運用協商策略來達成休閒活動的參與。

2.不同背景的民眾在疫情下休閒阻礙協商策略的使用呈現部分顯著差異

(1)在性別方面，研究結果發現，在「金錢協商策略」上有顯著差異，且男性民眾在此策略的選擇上高於女性民眾。

(2)在年齡方面，不同年齡民眾在休閒阻礙協商策略之「時間協商策略」、「金錢協商策略」、「人際協商策略」有顯著差異。

「金錢協商策略」中，21到30歲的民眾顯著高於41到50歲和51歲以上的民眾。因題項和設備有關，本研究推測，年輕人相較長輩，運用器材進行休閒活動的機會較大。

(3)在職業方面，不同職業民眾在休閒阻礙協商策略之「時間協商策略」、「金錢協商策略」、「技能協商策略」、「人際協商策略」皆有顯著差異。在「時間協商策略」的休閒阻礙協商策略上，學生顯著高於軍公教和製造業的民眾。本研究推測，學生對於休閒玩樂方面較重視，因此妥善規劃時間以達成休閒活動的參與的程度較高。

(4)在教育程度方面，不同教育程度民眾在休閒阻礙協商策略之「時間協商策略」、「金錢協商策略」皆有顯著差異。在「時間協商策略」的使用上，專科、大學和研究所(含以上)學歷的民眾顯著高於高中職(含以下)學歷的民眾。和前面推測相似，高學歷民眾和較年輕族群重疊，年輕人對休閒玩樂相對重視，因此進行時間規劃達成休閒活動參與程度較高。

(5)在月收入方面，民眾在休閒阻礙協商策略之「時間協商策略」、「金錢協商策略」、「技能協商策略」、「人際協商策略」皆有顯著

差異。「整體休閒阻礙協商策略」方面，月收入在3萬以下、7萬以上的民眾顯著高於30001-50000和50001-70000的民眾。本研究推測，受訪民眾中收入3萬以下民眾多數為學生，因此相對來說更重視休閒玩樂，運用協商策略達成休閒參與的程度較高。

(6)在家庭狀況方面，民眾在休閒阻礙協商策略之「時間協商策略」、「金錢協商策略」、「技能協商策略」、「人際協商策略」皆有顯著差異。在「時間協商策略」的使用上，未婚的民眾和已婚的民眾顯著高於已婚(有小孩)的民眾。本研究推測，有小孩的家庭進行休閒活動參與，要注意眾多方面，因此相較單身和沒小孩家庭，運用協商策略達成休閒參與的程度較低。

5.1.4 民眾的休閒阻礙協商策略對休閒活動參與之影響

對「社交活動性」休閒活動，以結果來看，「家庭狀況」構面的影響程度最大，其次是「疫情前社交活動性休閒活動」；對「嗜好興趣性」休閒活動，以結果來看，「疫情前嗜好興趣性休閒活動」構面的影響程度最大，其次是「家庭狀況」；對「知識文化性」休閒活動，以結果來看，「疫情前知識文化性休閒活動」構面的影響程度最大，其次是「我和朋友一起安排交通工具」；對「運動體能性」休閒活動，以結果來看，「疫情前運動體能性休閒活動」構面的影響程度最大，其次是「我會抽空參加休閒活動」；對「旅遊休憩性」休閒活動，以結果來看，「疫情前旅遊休憩性休閒活動」構面的影響程度最大，其次是「我會為了參加休閒活動而改變我的作息時間(如早起或晚睡等)」；對「視聽娛樂性」休閒活動，以結果來看，「疫情前視聽娛樂性休閒活動」構面的影響程度最大，其次是「我會趕快把工作完成，以便有多餘的休閒時間」；對「線上休閒性」休閒活動，以結果來看，「疫情前線上休閒性

休閒活動」構面的影響程度最大，其次是「我會向別人請教以改善技巧」。

以上整理可以看出對各類的休閒參與，協商策略皆有正向影響力，但影響力最大的的協商策略各不相同。此外本研究和第二章文獻探討中，國內外相關研究得到相同的結果，協商策略對於休閒參與有著正向的影響力，透過不同協商策略的運用，使民眾克服疫情下的阻礙，繼續參與休閒活動。

5.2 建議

本研究依研究結果提出下列建議，提供民眾、商家及後續研究者之參考：

- 1.根據本研究結果可以發現，受到疫情的影響，民眾的休閒活動參與，有很大的不同，特別是線上休閒類型的休閒活動，民眾的參與程度占了很高的比例，因此在疫情還未完全平息之前，建議商家可以針對線上類的休閒活動，提供更多豐富的活動，如各式線上類課程或遊戲，這樣對於減少了戶外休閒活動的民眾，也能有多樣的休閒活動可替代。
2. 根據本研究結果可以發現，雖然受到疫情影響，民眾對於休閒阻礙協商策略的運用有了滿大的改變，但不變的是，依舊能透過使用休閒阻礙協商策略，來克服休閒阻礙而參與休閒活動，因此建議民眾，在疫情下雖面臨與以往不同的休閒阻礙情況，但可以多運用不同的協商策略，使自己能繼續參與休閒活動，相信這樣能更好的抒發疫情生活下的壓力。
- 3.本研究問卷回收的樣本中，以女性居多，男性民眾與女性民眾數量差距較大，因此對母群體的解釋程度可能會有偏頗的情形，後續研究者在問卷回收時，對樣本的蒐集可多注意。

參考文獻

一、中文部分

1. 王天威 (2004) 台北縣青少年女性休閒運動參與現況與阻礙因素之研究。國立台灣師範大學體育研究所未出版碩士論文。
2. 王嫻語(2018)。路跑的休閒阻礙與協商策略。靜宜大學觀光事業學系未出版碩士論文。
3. 江德怡 (2007)。國小學童家庭休閒活動、親子互動、及其人際關係之研究。國立高雄師範大學教育學系未出版碩士論文。
4. 李怡靚 (2013)。高雄市國小高年級學童知覺父母共親職、家庭休閒活動參與及其生活適應之研究。國立高雄師範大學教育學系未出版碩士論文。
5. 周文慶 (2009)。雲嘉地區國小教師休閒參與滿意度與工作滿意度之相關研究。國立嘉義大學國民教育研究所未出版碩士論文。
6. 林濰榕、李明儒(2011)。休閒阻礙協商模式之驗證：以大學生參與水域遊憩活動為例。休閒事業研究，9 (1)，98-114。
7. 高俊雄 (1995)。休閒利益三因素模式。戶外遊憩研究,8 (1)，15-28。
8. 翁燈景(2014)。休閒阻礙與休閒參與之關係：阻礙協商所扮演之角色。國立嘉義大學管理學院碩士在職專班未出版碩士論文。
9. 張翠珠 (2001)。高屏地區大學生休閒參與、休閒教育需求及其相關因素之研究。國立屏東師範學院國民教育研究所未出版碩士論文。
- 10.張宮熊、林鈺琴 (2002)。休閒事業管理。台北：揚智文化。
- 11.張少熙 (2003)。台灣地區中學教師身體意象與健康評價之相關研究。中華民國體育學會九十二年度體育學術專刊。

12. 梁玉芳(2004)。彰化地區國中教師休閒活動參與休閒阻礙因素之探討。大葉大學運動事業管理研究所未出版碩士論文。
13. 梁良淵(2007)。探討嘉義地區國小學童之休閒活動類型、學習態度與網路成癮之相關研究。南華大學資訊管理學系研究所碩士班未出版碩士論文。
14. 陳文喜、葉時碩、葉依函(2009)。論休閒阻礙協商策略之研究。休閒事業研究, 7(4), 1-18。
15. 陳肇華(2009)。城鄉高中職學生參與休閒活動及阻礙因素之研究。國立台灣師範大學運動與休閒管理研究所未出版碩士論文。
16. 張雅雯(2011)。屏東縣國中生家庭休閒活動、自我概念與偏差行為之研究。國立高雄師範大學。
17. 陳宗玄、張瑞琇(2012)。休閒遊憩產業概論(第2版)。台北:揚智文化。
18. 張富源(2013)。武術參與者休閒阻礙及阻礙協商之研究。國立虎尾科技大學休閒遊憩研究所未出版碩士論文。
19. 畢偉華(2014)。空服員休閒活動參與及工作壓力關係之研究-以美國A航空公司。台北市立大學體育學系體育碩士學位班在職進修專班未出版碩士論文。
20. 陳肇堯(2015)。年長者休閒活動類型選擇影響因素之研究:以臺南地區為例。體育學報, 48(3), 345-364。
21. 黃長偉(2019)。國中生休閒活動參與與生活適應關係之研究。南華大學旅遊管理學系旅遊管理碩士班未出版碩士論文。
22. 葉憲清(1987)。二十一世紀之我國學校體育。國民體育季刊, 16(4), 16-21。

- 23.楊燕餘（2006）澎湖地區民眾參與休閒運動及阻礙因素之研究。國立台灣師範大學體育學系在職進修專班未出版碩士論文。
- 24.楊怡寧（2007）。休閒參與、休閒滿意與幸福感關係之研究-探索休閒多樣性的影響。國立嘉義大學休閒事業管理研究所未出版碩士論文。
- 25.蔡秀卿（2012）。臺中市國小教師休閒活動類型與幸福感之相關研究。中臺科技大學健康產業管理研究所未出版碩士論文。
- 26.蔡宜靜（2017）。臺南市國小親子休閒參與及休閒效益之研究。國立屏東大學生態休閒教育教學碩士學位學程未出版碩士論文。
- 27.賴家馨（2002）。休閒阻礙量表之編製—以台北市大學生為例。國立體育學院體育研究所未出版碩士論文。
- 28.賴幸君（2014）。屏東北區國小中高年級學童家庭休閒活動、親子互動與幸福感關係之研究。亞洲大學休閒與遊憩管理學系碩士在職專班未出版碩士論文。
- 29.謝淑芬（2001）。已婚職業婦女與全職家庭主婦對休閒活動參與阻礙與阻礙協商策略差異之研究。戶外遊憩研究，14(2)，63-84。
- 30.魏妍儀（2014）。衝浪者認真休閒、休閒阻礙與休閒協商策略之研究。國立屏東科技大學休閒運動健康系所未出版碩士論文。

二、英文部分

1. Beggs, B. A., Elkins, D. J., & Powers, S. (2005). Overcoming barriers to participation in campus recreational sports. *Recreational Sports Journal*, 29(2), 143-155.
2. Crawford, D. W., Jackson, E. L., & Godbey, G. (1991). A hierarchical model of leisure constraints. *Leisure Sciences*, 13, 309-320.
3. Henderson, K. A., Bialeschki, M. D. (1993). Exploring an expanded model of woman's leisure constraints. *Journal of Applied Recreation Research*, 18, 229-252.
4. Henderson, K. A. (1994). Broadening an understanding of women, gender, and leisure. *Journal of Leisure Research*, 26(1), 1-7.
5. Hubbard, J., & Mannell, R. C. (2001). Testing competing models of the leisure constraint negotiation process in a corporate employee recreation setting. *Leisure Sciences*, 23(3), 145-163.
6. Jackson, E. L. (1993). Recognizing patterns of leisure constraints: Results from alternative analyses. *Journal of Leisure Research*, 25, 129-149.
7. Jackson, E. L., & Rucks, V. C. (1995). Negotiation of leisure constraints by junior-high And high-school students: An exploratory study. *Journal of Leisure Research*, 27(1), 85-105.
8. Jackson, E. L. (1999). Comment on Hawkins et al., "Leisure constraints: A replication and extension of construct development". *Leisure Sciences*, 21, 195-199.
9. Kay, T., & Jackson, G.. (1991). Leisure despite constraint: The impact of leisure constraints on leisure participation. *Journal of Leisure Research*, 23(4), 301-313.

10. McQuarrie, F. A. E., & Jackson, E. L. (2002). Transitions in leisure careers and their parallels in work careers: The effects of constraints on choice and action. *Journal of Career Development*, 29(1), 37-53.
11. Ragheb, M.G. & Griffith, C.A. (1982). The contribution of leisure participation and leisure satisfaction to life satisfaction of older persons. *Journal of Leisure Research*, 14 (4), 295-306.
12. Scott, D. (1991). The problematic nature of participation in contract bridge: A qualitative study of group-related constraints. *Leisure Sciences*, 13, 321-336.
13. Samdahl, D. M., & Jekubovich, N. (1993). Constraints and constraint negotiation in common daily leisure. In K. Fox (Ed.), *Proceedings of the 7th Canadian Congress on Leisure Research*. Winnipeg, Man.: Faculty of Physical Education and Recreation, University of Manitoba.

附錄

正式問卷

親愛的受訪者您好：

首先感謝您願意撥空完整填寫此份學術性問卷調查，這份問卷探討「新冠肺炎疫情對休閒活動參與及協商策略的影響」，本問卷採不記名方式作答，僅作學術用途絕不公開，請安心填答。您寶貴的意見將對本研究成果具有影響性的參考價值，並懇請您完整填寫每一題項。感謝您的合作與協助，謹致上誠摯的謝意！

敬祝您平安快樂 感恩

南華大學旅遊管理學系暨旅遊管理碩士班

指導教授：于健 博士

研究生：高渭璜 敬上

【第一部份】個人基本資料，請選擇適合你的實際情形，在中打✓

1.	性別： <input type="checkbox"/> 男 <input type="checkbox"/> 女
2.	年齡： <input type="checkbox"/> 21-30歲 <input type="checkbox"/> 31-40歲 <input type="checkbox"/> 41-50歲 <input type="checkbox"/> 51歲以上
3.	職業： <input type="checkbox"/> 學生 <input type="checkbox"/> 軍公教 <input type="checkbox"/> 製造業 <input type="checkbox"/> 服務業 <input type="checkbox"/> 家管 <input type="checkbox"/> 其他_____
4.	教育程度： <input type="checkbox"/> 高中職(含以下) <input type="checkbox"/> 專科、大學 <input type="checkbox"/> 研究所(含以上)
5.	月收入： <input type="checkbox"/> 3萬以下 <input type="checkbox"/> 30001-50000 <input type="checkbox"/> 50001-70000 <input type="checkbox"/> 7萬以上
6.	家庭狀況： <input type="checkbox"/> 未婚 <input type="checkbox"/> 已婚 <input type="checkbox"/> 已婚(有小孩)

【填答說明】：以下題目為單選題，每題都有五個選項，請你仔細閱讀，在最接近你的做法和看法的□打✓，每題皆須作答。

【第二部份 疫情前後休閒活動參與程度】		完全沒有	很少參與	有時參與	常常參與	總是參與
1-1	(疫情前)社交活動性(例如:1.逛街購物 2.親友聚餐,聚會 3.宗教活動 4.社團活動(民間社團)5.志工服務)	<input type="checkbox"/>				
1-2	(疫情後)社交活動性(例如:1.逛街購物 2.親友聚餐,聚會 3.宗教活動 4.社團活動(民間社團)5.志工服務)	<input type="checkbox"/>				
2-1	(疫情前)嗜好興趣性(例如:1.園藝 2.樂器演奏 3.烹飪 4.手工藝 5.吃美食 6.玩桌上遊戲 7.繪畫、書法 8.收集物品)	<input type="checkbox"/>				
2-2	(疫情後)嗜好興趣性(例如:1.園藝 2.樂器演奏 3.烹飪 4.手工藝 5.吃美食 6.玩桌上遊戲 7.繪畫、書法 8.收集物品)	<input type="checkbox"/>				
3-1	(疫情前)知識文化性(例如:1.閱讀書報雜誌 2.參觀展覽 3.欣賞表演 4.參觀名勝古蹟 5.進修與研究)	<input type="checkbox"/>				
3-2	(疫情後)知識文化性(例如:1.閱讀書報雜誌 2.參觀展覽 3.欣賞表演 4.參觀名勝古蹟 5.進修與研究)	<input type="checkbox"/>				
4-1	(疫情前)運動體能性(例如:1.球類運動 2.各類舞蹈 3.散步、慢跑、馬拉松 4.水上活動 5.技擊類(拳擊、跆拳道、自由搏擊)6.健身、瑜珈 7.賽車、騎自行車)	<input type="checkbox"/>				
4-2	(疫情後)運動體能性(例如:1.球類運動 2.各類舞蹈 3.散步、慢跑、馬拉松 4.水上活動 5.技擊類(拳擊、跆拳道、自由搏擊)6.健身、瑜珈 7.賽車、騎自行車)	<input type="checkbox"/>				

5-1	(疫情前)旅遊休憩性(例如:1.登山、健行 2.國內外旅遊 3.露營、烤肉 4.泡溫泉 5.騎重機 6.開車兜風)	<input type="checkbox"/>				
5-2	(疫情後)旅遊休憩性(例如:1.登山、健行 2.國內外旅遊 3.露營、烤肉 4.泡溫泉 5.騎重機 6.開車兜風)	<input type="checkbox"/>				
6-1	(疫情前)視聽娛樂性(例如:1.看電視 2.去電影院看電影 3.聽音樂、廣播 4.KTV唱歌 5.聽演唱會 6.觀看體育競賽(NBA、MLB))	<input type="checkbox"/>				
6-2	(疫情後)視聽娛樂性(例如:1.看電視 2.去電影院看電影 3.聽音樂、廣播 4.KTV唱歌 5.聽演唱會 6.觀看體育競賽(NBA、MLB))	<input type="checkbox"/>				
7-1	(疫情前)線上休閒性(例如:1.網路購物 2.線上遊戲、手遊 3.線上博弈 4.網路追劇、電影 5.線上健身課程)	<input type="checkbox"/>				
7-2	(疫情後)線上休閒性(例如:1.網路購物 2.線上遊戲、手遊 3.線上博弈 4.網路追劇、電影 5.線上健身課程)	<input type="checkbox"/>				
【第三部份 疫情前後休閒阻礙協商策略】		非常不同意	不同意	普通	同意	非常同意
當你參與休閒活動遇到阻礙時，您會採用那些方式降低阻礙，請在與自己想法最接近的 <input type="checkbox"/> 打✓。						
01	(疫情前)我會抽空參加休閒活動。	<input type="checkbox"/>				
02	(疫情後)我會抽空參加休閒活動。	<input type="checkbox"/>				
03	(疫情前)我進行休閒活動，會避免人潮聚集。	<input type="checkbox"/>				
04	(疫情後)我進行休閒活動，會避免人潮聚集。	<input type="checkbox"/>				
05	(疫情前)有空閒時間時，我會將休閒活動列為優先處理的事。	<input type="checkbox"/>				

06	(疫情後)有空閒時間時，我會將休閒活動列為優先處理的事。	<input type="checkbox"/>				
07	(疫情前)我會趕快把工作完成，以便有多餘的休閒時間。	<input type="checkbox"/>				
08	(疫情後)我會趕快把工作完成，以便有多餘的休閒時間。	<input type="checkbox"/>				
09	(疫情前)我會為了參加休閒活動而改變我的作息時間(如早起或晚睡等)	<input type="checkbox"/>				
10	(疫情後)我會為了參加休閒活動而改變我的作息時間(如早起或晚睡等)	<input type="checkbox"/>				
11	(疫情前)我會向別人借設備以利參加休閒活動。	<input type="checkbox"/>				
12	(疫情後)我會向別人借設備以利參加休閒活動。	<input type="checkbox"/>				
13	(疫情前)我會租用設備參加休閒活動。	<input type="checkbox"/>				
14	(疫情後)我會租用設備參加休閒活動。	<input type="checkbox"/>				
15	(疫情前)我會利用替代設備(如跑步機)進行休閒活動。	<input type="checkbox"/>				
16	(疫情後)我會利用替代設備(如跑步機)進行休閒活動。	<input type="checkbox"/>				
17	(疫情前)我會自學以改善技巧(看書、收尋影片)。	<input type="checkbox"/>				
18	(疫情後)我會自學以改善技巧(看書、收尋影片)。	<input type="checkbox"/>				
19	(疫情前)我會向別人請教以改善技巧。	<input type="checkbox"/>				
20	(疫情後)我會向別人請教以改善技巧。	<input type="checkbox"/>				
21	(疫情前)我會上線上課程以便學習技巧。	<input type="checkbox"/>				
22	(疫情後)我會上線上課程以便學習技巧。	<input type="checkbox"/>				
23	(疫情前)我會上實體課程以便學習技巧。	<input type="checkbox"/>				

24	(疫情後)我會上實體課程以便學習技巧。	<input type="checkbox"/>				
25	(疫情前)我會在家自我訓練維持技能。	<input type="checkbox"/>				
26	(疫情後)我會在家自我訓練維持技能。	<input type="checkbox"/>				
27	(疫情前)我找有類似興趣的朋友或網友一起參加休閒活動。	<input type="checkbox"/>				
28	(疫情後)我找有類似興趣的朋友或網友一起參加休閒活動。	<input type="checkbox"/>				
29	(疫情前)我和同年齡層的朋友一起參加休閒活動。	<input type="checkbox"/>				
30	(疫情後)我和同年齡層的朋友一起參加休閒活動。	<input type="checkbox"/>				
31	(疫情前)我找同事一起參加休閒活動。	<input type="checkbox"/>				
32	(疫情後)我找同事一起參加休閒活動。	<input type="checkbox"/>				
33	(疫情前)我和朋友一起安排交通工具。	<input type="checkbox"/>				
34	(疫情後)我和朋友一起安排交通工具。	<input type="checkbox"/>				
35	(疫情前)我會答應朋友的邀約參加休閒活動。	<input type="checkbox"/>				
36	(疫情後)我會答應朋友的邀約參加休閒活動。	<input type="checkbox"/>				

《本問卷到此結束，麻煩您再檢查是否有全部完成，感謝您耐心地寫!》