

國立台灣體育學院圖書館剪輯資料

分類 休閒 來源 民生報 日期 89. 6. 24 版面：四版

青少年休閒 最愛來電的！

調查顯示：近半數喜歡看電視、打電玩或逛街 建議應多培養運動型休閒

【記者梁欣怡／報導】周休二日是不可擋的趨勢，一項調查發現，面對愈來愈多的假期，近半數青少年卻還是喜歡拿來看電視、打電動或是逛街購物，約只有 8.1% 的青少年會上球場、游泳或去郊遊，比較後發現，運動型的青少年在假期過後的心理社會幸福感比較高，得到較好的休閒滿足。

因此，調查也建議，將休閒教育納入正式課程中，協助青少年建立正確的休閒價值觀，同

時重視少年休閒的差異性與獨特性，提供多樣化的休閒活動，滿足少年個人不同的需求。

國外相關研究發現，美國少年每周約有 40% 的時間運用在休閒方面，而行政院主計處調查台灣地區時間運用的報告顯示，我國 15 到 19 歲的少年平均每日可自由運用的時間在 6 小時 12 分，相對於 10 小時 17 分的睡覺、盥洗、用膳時間，7 小時 31 分的通勤、上學時間，我國少年的自由時間

約占日常生活 26%，顯示休閒是少年生活中的重要事件。

為進一步深入了解少年休閒生活，文化大學兒童福利研究所研究生黃瓊妙在社福系教授郭靜見指導下，在今年 3、4 月間，針對台北市國中、高中職在學少年隨機抽樣，完成 757 分有效問卷。

結果發現，目前青少年休閒類型仍然偏向觀賞消遣型，其次是玩樂型，大部分傾向靜態、消遣、玩樂為主，尤其是

電視及電腦、電玩，幾乎與在學青少年的生活密不可分。

【記者陳民峰／報導】電動玩具一度導致多少青年學生沈淪，甚至影響家庭幸福。現在電腦普及之後，電玩又以另一種形式死灰復燃，再度導致青少年沈淪。台北市商業管理處昨天表示，市府絕不允許以合法掩護非法，電腦公司、漫畫屋、網路咖啡等業者如果透過電腦提供電子遊戲，將移送法辦重罰。