

國立臺灣體育學院體育研究所
碩士學位論文

都市公園休閒活動參與者之休閒行為與休閒利
益之研究-以豐樂公園為例
**A STUDY OF LEISURE BEHAVIOR AND BENEFIT FOR
THE PARTICIPANTS IN THE URBAN PARK-THE CASE
STUDY OF FROM-LOVE PARK**



研究生：吳怡靜 撰
指導教授：林房儻 博士

中華民國九十五年十二月

謝誌

本篇論文承蒙指導教授林博士房儻先生悉心指導，終於得以順利完成。在此特別要感謝老師在論文撰寫期間給予的種種指導及協助，讓我在整個研究過程，有正確的邏輯思考，使得論文內容更加周延完整，在此謹致上內心最誠摯的感謝。

同時感謝口試委員楊峰州老師與林宏恩老師在百忙之中給予論文疏漏之處多所指正與建議，使論文更趨嚴謹與完善，在此致上萬分謝意。而在校期間，學校提供不同課程訓練及領域觀點，教授們不僅在專業知識上指引我們進步，同學也提供不同意見及協助使我更能專心學習與研究，感謝體院師長們的指導，同窗好友瑞雯、慧芳、毓玲、土山的相互扶持與照顧，謝謝東明、彥宇在統計問題上的幫忙，及體院同學們相互鼓勵，讓我的研究更加充實。

最後謹以碩士論文獻給我的家人，感謝家人全力的關懷與支持。再次銘謝於修業其間所有曾惠賜協助的師長、前輩、至親及益友，願與各位共享榮譽與喜悅。

怡靜 謹誌

中華民國九十五年十二月十八日

論文名稱：都市公園休閒活動參與者之休閒行為與休閒利益
之研究-以豐樂公園為例 總頁數：142 頁
院校所畢業組別：國立台灣體育學院體育研究所休閒運動組
畢業時間及提要別：九十五學年度第一學期碩士學位論文提要
研究生：吳怡靜 指導教授：林房儼博士

中文摘要

本研究目的在於探討都市公園參與者之休閒動機、休閒阻礙、休閒滿意度與休閒利益之現況、差異情形及相關性。故以豐樂公園參與者為研究對象，以都市公園休閒活動參與者之休閒行為與休閒利益之研究問卷為研究工具，於九十五年八月五日起至八月十九日止，在活動現場進行便利抽樣調查，問卷回收共計 518 份，有效問卷 447 份，有效問卷率為 86.3%。所得結果經描述性統計、獨立樣本 t 考驗、單因子變異數分析、典型相關分析進行統計分析工作，綜合調查結果發現：一、不同背景變項的參與者在休閒動機、休閒阻礙及休閒滿意度上有顯著差異存在。二、不同參與者在休閒動機對於休閒滿意度上有顯著差異存在。三、休閒動機及休閒滿意度與休閒利益之間有正相關存在。最後，根據研究結果提出建議，供主管機關及後續研究者之參考。

關鍵詞：都市公園、休閒動機、休閒阻礙、休閒滿意度、休閒利益

Wu, Yi-Ching (2006). A study of leisure behavior and benefit for the participants in the urban park.-the case study of from-love park. Unpublished master thesis: National Taiwan College of Physical Education, Graduate Institute of Physical Education.

Abstract

The study focuses on the differences and relationship of leisure motivations, leisure constraints, leisure satisfaction, and leisure benefits showed by the participants in the urban park. The participants in the From-Love Park were selected as research subjects and the questionnaire was designed for analyzing the leisure behavior and benefit of the participants. The survey was completed in two weeks in August, 2006. The effective rate of questionnaire is 86.3% including 447 valid samples from 518 total responses. The data was processed by statistical methods of descriptive statistics, t-test, one-way MANOVA, and canonical analysis. This study found that: 1. Participants with different background showed significant differences in the leisure motivations, leisure constraints, and leisure satisfaction. 2. The significant differences on the leisure satisfaction showed from participants with different leisure motivations. 3. It exist some relationship between leisure motivations, leisure satisfaction, and leisure benefits. This research result and suggestion can be provided to the city administration and researchers as a reference for leisure planning and marketing.

Keyword: urban park, leisure motivation, leisure constraint, leisure satisfaction, leisure benefit

目 錄

中文摘要	I
英文摘要	II
目 錄	III
表目錄	V
圖目錄	IX
第一章 緒論	1
第一節 研究背景與動機	1
第二節 研究目的	2
第三節 研究問題	3
第四節 研究範圍與限制	4
第五節 名詞操作性解釋	5
第二章 文獻探討	7
第一節 公園的發展與特徵	7
第二節 休閒意涵	13
第三節 休閒動機理論	17
第四節 休閒阻礙理論	22
第五節 休閒滿意度理論	28
第六節 休閒利益理論	32
第七節 休閒行為與休閒利益之相關研究	36
第八節 本章小結	40
第三章 研究方法	42
第一節 研究架構	42
第二節 研究假設	43
第三節 研究流程	43
第四節 抽樣設計	44
第五節 研究工具	44
第六節 資料分析方法	63

第四章 結果與討論.....	65
第一節 都市公園不同參與者社經背景特性分析....	65
第二節 休閒動機分析.....	71
第三節 休閒阻礙分析.....	79
第四節 休閒滿意度分析.....	88
第五節 休閒行為與休閒利益之徑路分析.....	97
第六節 休閒動機對休閒滿意度之影響.....	100
第七節 休閒動機與休閒利益之關係.....	102
第八節 休閒阻礙與休閒利益之關係.....	105
第九節 休閒滿意度與休閒利益之關係.....	107
第十節 討論.....	109
第五章 結論與建議.....	119
第一節 結論.....	119
第二節 研究應用.....	123
第三節 未來之研究建議.....	124
參考文獻.....	126
中文部份.....	126
英文部份.....	133
附錄一 預試問卷.....	136
附錄二 正式問卷.....	140

表目錄

表 3-1	休閒動機量表項目分析各題項之 t 檢定摘要表	47
表 3-2	休閒動機量表因素構面矩陣摘要表	49
表 3-3	休閒動機量表各分量表與總量表之信度	50
表 3-4	休閒阻礙量表項目分析各題項之 t 檢定摘要表	51
表 3-5	休閒阻礙量表因素構面矩陣摘要表	53
表 3-6	休閒阻礙量表各分量表與總量表之信度	54
表 3-7	休閒滿意度量表項目分析各題項 t 檢定摘要表	55
表 3-8	休閒滿意度量表因素構面矩陣摘要表	57
表 3-9	休閒滿意度量表各分量表與總量表之信度	57
表 3-10	休閒利益量表項目分析各題項之 t 檢定摘要表	59
表 3-11	休閒利益量表因素構面矩陣摘要表	61
表 3-12	休閒利益量表各分量表與總量表之信度	62
表 4-1	性別次數分配情形	65
表 4-2	年齡次數分配表	66
表 4-3	職業次數分配表	67
表 4-4	每月收入次數分配表	67
表 4-5	居住地次數分配表	68
表 4-6	活動次數分配表	68
表 4-7	同伴關係次數分配表	69
表 4-8	停留時間次數分配表	70
表 4-9	活動類型次數分配表	70
表 4-10	受訪者在休閒動機之平均數、標準差	71
表 4-11	不同性別在休閒動機之單因子多變量變異數分析摘要表	72
表 4-12	不同年齡在休閒動機之單因子多變量變異數分析摘要表	72
表 4-13	不同年齡在休閒動機之單因子單變量變異數分析摘要表	73
表 4-14	不同年齡在休閒動機之平均數、標準差	74
表 4-15	不同居住地休閒動機之單因子多變量變異數分析摘要表	74

表 4-16	不同活動次數在休閒動機之單因子多變量變異數分析.....	75
表 4-17	不同活動次數在休閒動機之單因子單變量變異數分析摘要表.....	75
表 4-18	不同活動次數在休閒動機之平均數、標準差...	76
表 4-19	不同活動類型在休閒動機之單因子多變量變異數分析摘要表.....	77
表 4-20	不同活動類型在休閒動機之單因子單變量變異數分析摘要表.....	77
表 4-21	不同活動類型在休閒動機之平均數、標準差...	78
表 4-22	受試者在休閒阻礙之平均數、標準差.....	79
表 4-23	不同性別在休閒阻礙之單因子多變量變異數分析摘要表.....	79
表 4-24	不同年齡在休閒阻礙之單因子多變量變異數分析摘要表.....	80
表 4-25	不同年齡在休閒阻礙之單因子單變量變異數分析摘要表.....	80
表 4-26	不同年齡在休閒阻礙之平均數、標準差.....	81
表 4-27	不同居住地在休閒阻礙之單因子多變量變異數分析摘要表.....	82
表 4-28	不同居住地在休閒阻礙之單因子單變量變異數分析摘要表.....	82
表 4-29	不同居住地在休閒阻礙之平均數、標準差.....	83
表 4-30	不同活動次數在休閒阻礙之單因子多變量變異數分析摘要表.....	84
表 4-31	不同活動次數在休閒阻礙之單因子單變量變異數分析摘要表.....	84
表 4-32	不同活動次數在休閒阻礙之平均數、標準差...	85
表 4-33	不同活動類型在休閒阻礙之單因子多變量變異數分析摘要表.....	86
表 4-34	不同活動類型在休閒阻礙之單因子單變量變異數分析摘要表.....	86
表 4-35	不同活動類型在休閒阻礙之平均數、標準差...	87

表 4-36	受試者在休閒滿意度之平均數、標準差.....	88
表 4-37	不同性別在休閒滿意度之單因子多變量變異數分析摘要表.....	88
表 4-38	不同性別在休閒滿意度之單因子單變量變異數分析摘要表.....	89
表 4-39	不同性別在休閒滿意度之平均數、標準差.....	89
表 4-40	不同年齡在休閒滿意度之單因子多變量變異數分析摘要表.....	90
表 4-41	不同年齡在休閒滿意度之單因子單變量變異數分析摘要表.....	90
表 4-42	不同年齡在休閒滿意度之平均數、標準差.....	91
表 4-43	不同居住地在休閒滿意度之單因子多變量變異數分析摘要表.....	92
表 4-44	不同居住地在休閒滿意度之單因子單變量變異數分析摘要表.....	92
表 4-45	不同居住地在休閒滿意度之平均數、標準差.....	93
表 4-46	不同活動次數在休閒滿意度之單因子多變量變異數分析摘要表.....	93
表 4-47	不同活動次數在休閒滿意度之單因子單變量變異數分析摘要表.....	94
表 4-48	不同活動次數在休閒滿意度之平均數、標準差.....	95
表 4-49	不同活動類型在休閒滿意度之單因子多變量變異數分析摘要表.....	95
表 4-50	不同活動類型在休閒滿意度之單因子單變量變異數分析摘要表.....	96
表 4-51	不同活動類型在休閒滿意度之平均數、標準差.....	97
表 4-52	本徑路分析之總效果.....	100
表 4-53	不同休閒動機與休閒滿意度之單因子多變量變異數分析摘要表.....	100
表 4-54	不同休閒動機與休閒滿意度之單因子單變量變異數分析摘要表.....	101
表 4-55	受試者的休閒動機與休閒滿意度之平均數、標準差.....	102

表 4-56	休閒動機與休閒利益之典型相關分析摘要表	.. 103
表 4-57	休閒阻礙與休閒利益之典型相關分析摘要表	.. 105
表 4-58	休閒滿意度與休閒利益之典型相關分析摘要表	107

圖目錄

圖 1-1	豐樂公園位置圖	5
圖 2-1	豐樂公園導覽圖	12
圖 2-2	休閒阻礙階層模式圖	24
圖 2-3	休閒利益三模式	34
圖 2-4	休閒動機與滿意回饋模式	37
圖 2-5	休閒行為與休閒利益回饋模式	41
圖 3-1	本研究架構圖	42
圖 3-2	本研究流程圖	43
圖 3-3	本研究量表編製的設計與流程圖	45
圖 3-4	資料分析架構圖	64
圖 4-1	本研究之徑路分析	98
圖 4-2	本研究顯著之徑路分析	99
圖 4-3	休閒動機與休閒利益之典型相關徑路圖	104
圖 4-4	休閒阻礙與休閒利益之典型相關徑路圖	106
圖 4-5	休閒滿意度與休閒利益之典型相關徑路圖	109

第一章 緒論

本章共分為六節：第一節研究背景與動機；第二節研究目的；第三節研究問題；第四節研究範圍與限制；第五節名詞操作性解釋；敘述如下：

第一節 研究背景與動機

隨著經濟型態的轉變及週休二日的實施，國人參與休閒活動的能力及時間都增加許多，再加上對於休閒意識的提升有迫切需求，愈多人想在工作之餘，從事抒解身心與調整精神情緒的活動，所以從事戶外休閒活動就倍受重視，優質的休閒空間則影響著民眾生活品質。

施佩如（2006）研究整理發現，一般民眾從事戶外休閒活動以住家附近佔最多數，而公園是民眾優先選擇的場所。但因都市化的快速發展及高樓大廈不斷的興建，伴隨而來的是都市綠地空間急遽地消失（廖河信，2003），民眾活動空間減少，都市中的公園綠地更形珍貴。

公園能滿足都市居民的休閒需求、提供居民社交機會，也兼具許多功能，包括淨化空氣、減少公害、維繫都市生態平衡功能，並提供都市居民從事休閒活動與紓解壓力的場所，對於整個都市人文與自然環境有實質的重要性，有如都市之肺，影響著民眾的健康品質（李明宗，1992；黃淑姿，1982；吳明雲，2002）。故都市公園可以說是民眾生活環境的指標，亦是一個國家提昇國際形象的另一個重要途徑。

都市公園被視為都市居民一項重要的資產，其因是它具有高度的可及性、便利性及開放的空間，能提供民眾生活閒暇之餘的休閒活動或促進社區居民情感交流，假日則做為民眾休閒遊憩場所，以接近大自然從事體適能運動、尋求開放空間的生態體驗。

未來國民所得持續提高，休閒時間繼續增加，人口更加密集，都會區內居民休閒需求會更為殷切。因此，滿足都市居民對於公園和開放空間的需求已成為政府關注的一大挑戰。

因此本研究欲以全國第一座公立雕塑公園參與者為研究對象，期盼透過研究結果進一步瞭解都市公園參與者的休閒行為與休閒利益是否會因不同背景變項而有所差異，其相關性如何？是本研究欲探討的動機，也期望能作為日後主管機關規劃相關都市公園之參考依據。

第二節 研究目的

本研究欲探討使用者在公園中休閒行為與休閒利益之間的關係，主要的具體目的如下：

- 一、瞭解公園參與者休閒動機、休閒阻礙、休閒滿意度的特徵及差異狀況。
- 二、瞭解公園參與者休閒動機、休閒阻礙對休閒滿意度之影響。
- 三、瞭解公園參與者休閒動機、休閒阻礙及休閒滿意度與休閒利益之間的相關情形。

- 四、經本研究所獲得的資料、歸納的結論，提出相關建議，以做為相關單位規劃都市公園參考方向。

第三節 研究問題

- 一、公園休閒活動參與者的參與動機為何，及其是否有顯著差異？
- 二、公園休閒活動參與者的阻礙因素為何，及其是否有顯著差異？
- 三、公園休閒活動參與者的休閒滿意度為何，及其是否有顯著差異？
- 四、公園休閒活動參與者的參與動機是否會影響休閒滿意度？
- 五、公園休閒活動參與者的阻礙因素是否會影響休閒滿意度？
- 六、公園休閒活動參與者的參與動機與其休閒利益間是否相關？
- 七、公園休閒活動參與者的阻礙因素與其休閒利益間是否相關？
- 八、公園休閒活動參與者的休閒滿意度與其休閒利益間是否相關？

第四節 研究範圍與限制

一、研究範圍

本研究範圍以臺中市南屯區豐樂公園為研究場所，依陳肇琦（1991）的都市公園分類，豐樂公園為都市公園，能提供市區居民於星期例假日從事休閒、遊憩、運動、觀光等活動，它座落於南屯區的八期重劃區內，為全臺首創雕塑公園。

因豐樂公園旁有湖水岸國際街、餐廳、商店街、南苑公園等，故無法清楚了解豐樂公園參與者是否僅在豐樂公園活動，所以，本研究對象以「當時在豐樂公園的參與者」為研究取樣範圍。

二、研究限制

本研究以臺中市豐樂公園參與者休閒行為、利益為研究方向，過程中難免因若干限制而影響研究品質，本研究受到限制未能克服的事項如以下說明。在非假日公園參與者較少，且多為退休老年人，他們因視力、聽力、識字程度或其它因素影響受訪意願，使得非假日的取樣較為有限，此為限制之一；本研究調查期間為九十五年八月五日起至八月十九日止，調查結果只能代表抽樣期間參與者之意見與想法，無法充份反映全年調查結果，此為限制之二。因公園性質上的差異，在量化分析上為通則上的歸納，無法針對單一及特殊性質作進一步的解釋與說明，也無法推論臺中市各公園情形，僅適合推論都市公園參與者的特性，此為限制之三。



圖 1-1 豐樂公園位置圖

資料來源：聖家鑫「鑫鑽」區域位置圖。

第五節 名詞操作性解釋

本研究之名詞解釋共有以下五項：

一、都市公園 (urban park)

係指在都市中按照法定程序所發展的開放空間，且由縣(市)政府建置完成，有特定的範圍、面積及出入口，能提供民眾休閒遊憩、運動、生態保育、景觀美化、防災等的綠化園地均屬之。

二、休閒行為 (leisure behavior)

本研究參與者之休閒行為包含了休閒動機、休閒阻礙、休閒滿意度之三項變項：

(一) 休閒動機 (leisure motivation)

本研究之休閒動機可從兩個面向來說，一是出自於個體自由意願而產生休閒行為的原動力，藉以滿足個體需求；二是引發個人的內在驅力，以吸引個體達成休閒目的之目標，並促使個體產生行為的過程。

(二) 休閒阻礙 (leisure constraint)

本研究之休閒阻礙為個體從事活動之前或活動進行中，會抑制、限制及影響個體而導致無法參與休閒活動等因素稱之。

(三) 休閒滿意度 (leisure satisfaction)

本研究之休閒滿意度為個體體驗休閒過程的一種認知情形，個體藉以從休閒活動中體驗到喜悅感覺，進而產生休閒行為的正向回饋，獲得內心滿足的知覺反應。

三、休閒利益 (leisure benefit)

本研究之休閒利益為個體參與活動過程中或體驗之後，可以改善個體身心狀態或滿足個體各方面需求的現象。參與者對於休閒參與的主觀評價愈高獲得利益愈高，參與的態度就愈明顯。

第二章 文獻探討

本章主要目的在探討與本研究相關的理論與文獻，做為研究範圍的界定參考。全章共分為七節：第一節公園的發展與特徵；第二節休閒意涵；第三節休閒動機理論；第四節休閒阻礙理論；第五節休閒滿意度理論；第六節休閒利益理論；第七節休閒行為與休閒利益之相關研究；第八節本章總結。

第一節 公園的發展與特徵

一、公園的緣起

十八世紀英國工業革命開始後，大量工業建設及城市人口的增加，使得都市用地不斷縮減，也破壞了自然生態，人們因此開始重視都市生活，而公園的設置讓城市居民有接近大自然的場所，也紓解了工業化都市居民的工作壓力。「都市公園」的興起因此被定位為市民的需求而誕生。日前都市公園的發展已成為各國提昇生活品質的首要條件以及衡量國家發展程度及環境品質的重要指標。

二、公園的定義

公園，係指依都市計畫所開闢之市管公園、綠地、廣場、兒童遊樂場、配合公共工程興建或其他法令設置，供市民遊憩使用，藉以調劑身心（臺北市政府公園路燈管理處，2006）。狹義的「都市公園」依周傑（1986）係指坐落於都市內，具有特定公共設施包含遊憩、遊樂、運動等之公園用地。廣義的「都市公園」依廖河信（2003）包含了街道安全島、廣場、

開放空間和大小公園均屬之。本研究所探討之都市公園，依陳肇琦（1991）所提出，係指都市計劃中其法定程序指定的公共設施及公園用地，經由縣（市）政府建置完成，供民眾休閒、遊憩、觀賞、運動的綠化園地，有特定的範圍、面積及出入口，服務對象以該都市之居民為主。

三、公園的分類

臺北市政府工務局公園路燈工程管理處（2006）將公園的型態依機能及使用對象區分為五種，分別為（一）自然公園：此類型的公園之基地環境具有獨特的自然資源或地貌景觀，兼顧生態保育與休閒遊憩功能，讓遊客於欣賞自然景觀時也能獲得豐富的遊憩體驗。（二）綜合公園：此類型的公園提供最多元化的設施，如：散步、遊戲、及自然景觀等，能滿足遊客多樣性的遊憩需求。其面積較廣，其服務對象為全市市民。綜合公園也是都市最主要的開放空間，除能提昇環境品質外，必要時亦可轉作為防災空間之用。（三）鄰里公園：此類型的公園面積較小在一公頃以下，位於社區鄰里環境中，方便當地居民就近使用為主要設置目的，具有促進市民互動、凝聚社區鄰里意識等功能；園內所提供之設施係以當地居民之需求為主要考量。（四）主題公園：此類型的公園儘可能配合基地之地形地貌與周圍環境及人文歷史脈絡進行規劃設計，因而發展出不同特色之公園主題，如北投溫泉親水公園係以溫泉為主軸，配合地熱谷景觀、溫泉博物館、露天溫泉浴場等，依溫泉而生的人文風情；原住民文化公園則以自然的風貌及粗獷的原住民雕塑圖騰，表現原住民特有的文化氣息；信義廣場配合周邊高聳建築群，例如國際金融大樓臺北 101 造成之微氣候變化，設置風力鐘，賦予都市空間教育

功能。(五)河濱公園：配合臺北市河川整治工程，將面積廣大的河濱高灘地適度整理並美化，設置各種球場、溜冰場、自行車道等設施；河濱公園於汛期仍屬河川行水區，但於非汛期則可提供市民廣大開放空間從事運動、休憩等活動。

高明瑞（1994）將公園依民眾使用的特徵及性質分為六種，分別為（一）休憩性公園：如鄰里公園、社區公園、庭園、墓苑。（二）教育性公園：如動物園、植物園、生態館、水族館、博物館、文物館、圖書館、露天劇場、音樂臺、史蹟地等。（三）康樂性運動場：如兒童遊樂場、學校運動場、綜合運動場、網球場、高爾夫球場、露營地、海濱浴場、游泳池等。（四）遊覽公園：森林公園、國家公園、風景區、寺廟園地、天然特區、公園道等。（五）生產性綠地：觀光果園、農場、林場、牧場、漁場、土壤保持地等。（六）管制性綠地：機場、要塞、港區。

陳肇琦（1991）對一般都市公園的分類，依面積大小分成三種，分別為（一）鄰里公園：提供鄰里居民休閒、遊憩、運動或交誼場所，或為老人、家庭主婦或幼兒白天休息去處，服務半徑為800公尺，面積約為20000平方公尺。（二）社區性公園：提供社區居民平常休閒之用，如：居民下班、放學或星期例假日遊憩、運動、交誼之用，服務半徑為1600公尺，面積約為20000至40000平方公尺。（三）全市性公園：提供全市鎮居民於星期例假日的休閒、遊憩、運動、觀光之用，其面積及服務半徑依該市鎮規模大小而定。

于明誠（1990）對都市公園分為四大類別，分別為：鄰里公園、社區公園、市鎮公園以及區域公園。

有關都市生活環境品質的評估方面，曾國雄、曹勝雄及

廖耀東（1992）指出，都會區居民對社區公共環境品質相對重要性認知較高，而社區公共環境即包括公園綠地及開放空間，顯示居民對上述環境的重要性認知較高。因此都市公園的存在，不論是實質的功效或是居民的認知上，都具有提昇都市生活環境品質的意義。

四、公園的功能

都市公園綠地的開闢，提供市民接觸大自然的機會，享受戶外休閒生活、陶冶身心，並可減輕都市建築的擁擠現象，減低噪音及空氣污染，甚至可保護自然資源與景觀資源，因此都市中的公園亦稱「都市之肺」。

根據李明宗（1992）、黃淑姿（1982）、吳明雲（2002）對公園的功能分成直接功能與間接功能，將研究綜合整理說明，直接功能分成（一）提供運動、遊戲：公園給予運動與育樂之各種設施，提供人們閒暇時間之消遣活動。（二）做為觀賞、享樂：公園提供自然環境，使人們在優美的景色中，呼吸新鮮空氣，享受陽光照射，無形中消除日常生活中的緊張疲勞，使身心得以舒暢。（三）能淨化空氣、防塵、阻隔噪音：公園之花草樹木所產生的氧可提供新鮮空氣，減少空氣中有害物質；其樹葉可隔離或減少灰塵，且公園本身形成自然的隔音牆，可以降低噪音的危害。（四）做為防火、防災、避難、集會：公園有緩衝作用，防止災害之蔓延或擴大，無形中提供避難場所，並提供市民業餘聚會之場所，減少人們的疏離感。間接功能分成（一）美化景觀：調和都市中高樓大廈林立之現象，使都市鄉村化。（二）教育民眾：因公園可以保存名勝古蹟，或設置植物園、圖書館、博物館、紀念堂等有教育上之益處。（三）保持生態平衡：保育都市內之自然

或景觀資源，以維護都市之水文系統、氣象及其他之生態系統得以平衡。(四)阻隔相衝突的土地使用：公園可以隔絕彼此不相容的土地使用，增加土地利用價值，減少社會問題。(五)可以預留空地，以供未來公共設施所需。(六)具有社會經濟效用：公園綠地之風景名勝，除供當地居民使用外，亦可吸引外地旅客來觀光，成為一大社會經濟收入。(七)提高土地的經濟價值：公園的設置因道路交通便利，周圍環境優美舒適，可以防止附近土地衰頹，穩定附近地產價值。(八)其他如降低人口密度，節制過份之都市化，改善建物的通風和採光等。

由以上敘述，都市公園的功能是隨著公園本身的屬性及使用者而所有不同。因此，都市公園所扮演的角色對參與者的遊憩品質將產生何種影響以及產生何種休閒行為將是值得我們去探討。

四、臺中市南屯區豐樂公園簡介

豐樂公園全園面積達 6.4 公頃，位於南屯區的八期重劃區內，位置在向心南路、文心南七路、永春東一路與文心南五路之間，形狀為長方形，西元 1997 年興建完成，為全臺首創雕塑公園；園內設有人工湖、拱橋、流瀑、噴水池、親水區、大門廣場區、表演臺、活動中心區內設有南屯區圖書館、草坪區、森林區、健康步道、兒童遊戲場、五十二件露天雕塑作品。四周土地利用為住宅區，東側為私人規劃的商店街，其它為湖水岸藝術街，餐廳、專賣店、商店街等，南側為臺中市警察局拖吊保管場，東北側有一座設有籃球場、網球場、槌球場及兒童遊憩設施之南苑公園。不僅景致優美，更是一個機能完整的公園（南屯豐樂商圈，2005）。本研究係以臺灣

最美的公園之稱的豐樂雕塑公園為調查對象（大臺灣旅遊網，2003），如圖 2-1 所示。

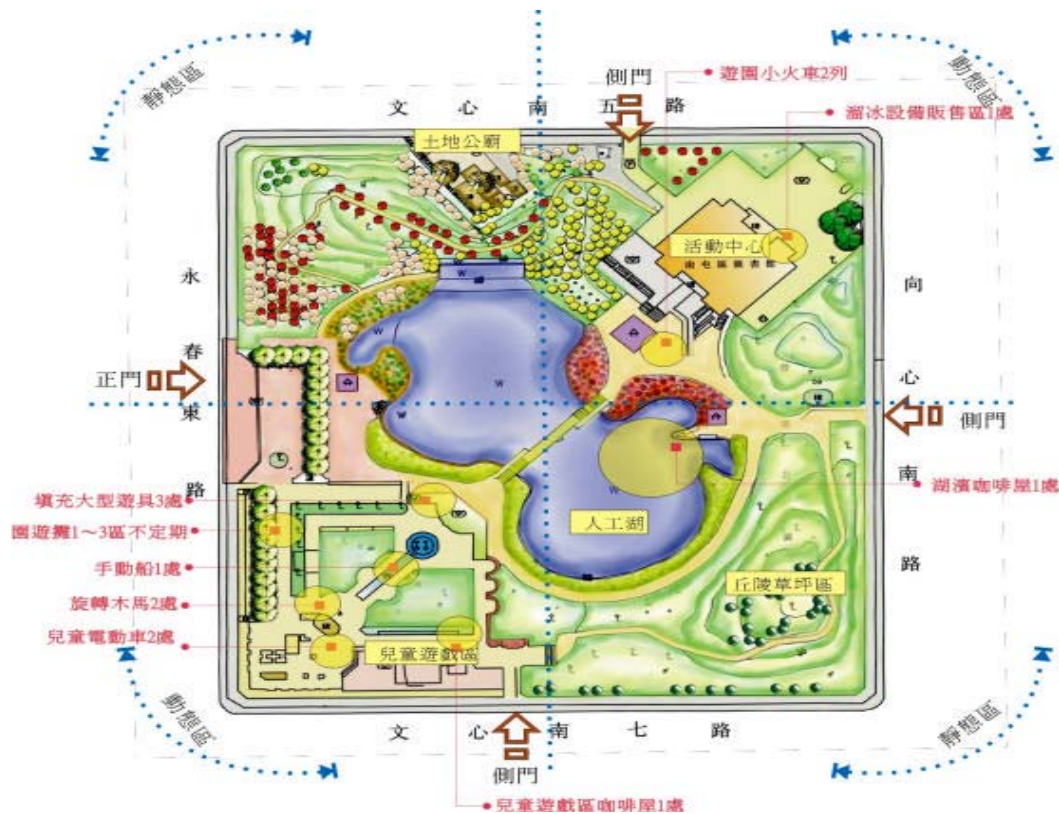


圖 2-1 豐樂公園導覽圖

資料來源：陳翠莉（2005）。豐樂雕塑公園現況。引進商業活動對都市公園環境品質影響之研究。臺中市：逢甲大學。

五、豐樂公園的相關研究

蔡春華（2003）研究指出豐樂公園位於市中心外圍住宅區，使用者居住地來源範圍較小而社經地位較高，主要使用者為成人帶著小孩，以增進全家人情感為主，使用時段為下班、下課後及假日時人潮較多；使用者對遊憩及運動設施有較高的需求。研究結果發現因自然植被多、開闊視野空間及

優美環境，所以滿意度高。

陳翠莉（2005）研究指出對於都市公園提供的開放空間，在社會、心理及健康有諸多好處。相較於其它公園的自然環境，豐樂公園部分空間委外經營，自引進商業活動後，對於公園環境品質造成的影響分別是（一）使用者社經背景資料及環境品質滿意程度：部份使用者雖不認同商業活動引進公園，但對付費遊樂設施滿意度卻不顯著。（二）使用者個人特質不同，對於公園引進商業設施前後對環境品質的體驗有差異。（三）公園引進商業設施後之滿意度及認同度分析上都達顯著差異。（四）公園引進商業設施前後皆到過公園者，多認為在引進商業活動後，自然環境及休閒活動的體驗上未受影響，而在休閒活動空間及遊客接觸效應二部份則顯著受到影響，且休閒活動空間的安全性、充足性明顯不足。

第二節 休閒意涵

有關於休閒的意涵，綜合學者們不同角度的看法，分別從字源、時間、活動、心理層面觀點逐一探討：

一、字源意義的觀點

根據（韋氏第三國際字典），leisure 是從拉丁文 licere 演進而來，意義是自由自在，休閒是以從容不迫或無拘束、無壓抑的方式進行的（王昭正譯，2002）。拉丁文中 schola、英文中 school 和希臘文中 schole 原意為休閒，由此可知很多字意都包涵休閒。有人認為休閒一詞係由拉丁語 recreare 演進而成；英語 recreation 一詞原是創新及使清新的意思，在英語

re 有再、重新意思；而 creation 則指創造、創出、造出的意思（盧俊宏，1999）。從中文字意來看，說文解字對休閒二字意思解釋為：休者，息止也，從人依木；閒者，隙也，乃指工作之餘的空閒時間。

綜合以上字源意義的解釋，休閒可說是個體在工作外的時間以閒逸心情，從事各種提昇心靈層次的活動。在此觀點下休閒具有下列特質：與工作相對立、時間及行動上的自由、享受愉悅的心理狀態、超脫日常生活的一種理念和精神，並付諸行動。也可以說休閒是個人可支配的自由時間和自由意願，用閒逸的心情，從事各種活動，以得到放鬆、休息。

二、時間的觀點

此概念係指時間的演變過程不是由個體就可以決定，而是與整個經濟或社會演變有關，而社會大眾對時間的運用也是有選擇權利，透過對休閒來導引個體，以達到自我實現的最終目的（顏妙桂譯，2002）。吳松齡（2003）生涯當中去除生存、生活必要的時間外所剩餘時間就是休閒，剩餘時間不受外界影響，可以自由選擇或做所需求與期望的事。行政院主計處（1995）臺灣地區時間運用調查報告書中將生活時間劃分為三部分：（一）必要時間：人類生存必須的時間，如吃飯、睡覺、如廁、盥洗等生理上必須花費的時間；（二）約束時間：為人類維持生存所必須的工作時間，如：求學者上學讀書時間、上班者工作時間、退休老人、家庭主婦料理家務，及上班、上學交通時間，此期間個體無法自由安排活動；（三）自由時間：去除上述的時間外，個體可支配、運用的時間，如：出遊旅行、休閒健身、安排進修研究等，以紓解身心壓力或增進知識。

涂淑芳（1996）認為休閒的第一個基本要素是擁有照顧生活必需之外的時間，第二個基本要素是一種所為就是目的。魏勝賢（2002）引用 Mathieson 和 Wall 在 1982 年提出的看法，認為休閒是衡量時間的方法，在工作外的時間，個體可自由從事自己想做的事及支配自己的時間，所以，休閒可說是不受職責束縛的自由時間。

綜合以上敘述，休閒從時間觀點而言具有：不受束縛、可自由支配的時間，脫離工作和責任義務之外的時間，照顧生活必需以外的時間。從時間觀點可以量化出休閒時間，但無法完全解釋休閒。

三、活動性質的觀點

Kelly (1990)認為休閒是在某一時間內從事活動的過程，其中體驗到的自由與內生滿意。呂建政（1994）指出以活動觀點來定義休閒，視休閒為個人自由支配的活動，屬於非工作性的活動，相當強調個人自由選擇的層面，可以不受外力選擇自己所好。高俊雄（1996）引用 Dumazedier 在 1967 年所提出的看法認為休閒是一種除了工作、家庭以及社會義務以外的活動，而人們依其意志選擇從事休閒的目的是為了休息、放鬆、暫時放下責任義務，或者擴大知識領域，參與社會活動，以及自由拓展個人創造力。Stokowski (1994)認為休閒是種活動，重要的優點是較為客觀，認為休閒活動可被計算、量化且可做比較。但也指出此種定義的缺點是不能涵蓋所有可能的休閒活動，因活動會隨人、地方和時間不同，不一定可以做客觀比較。

黃立賢（1996）從社會學辭典（dictionary of sociology）中的社會活動觀點看休閒活動，認為是個體於閒暇時間所從

事的任何活動、方式，可以是個人或集體，而這種活動是自由且令人愉快，它是可供個人發展生理、心理或應用創造能力的活動。張良漢（2002）認為休閒包含了休閒活動及休閒運動，都是工作以外的閒暇時間能自由自選擇喜愛的活動，以達到身心放鬆，享受樂趣之目的，彼此相互關連著，休閒較為抽象，休閒活動內容較為明確，休閒運動為身體活動較受重視。

綜合以上文獻得知，我們以活動的觀點去定義休閒：休閒是一種自由的狀態，能隨心所欲從事個體所選擇的活動，能滿足個體需求或創造力的活動，但休閒本身仍有其限制存在，無法涵蓋全部範圍。

四、心理層面的觀點

涂淑芳（1996）認為休閒是一種態度、一種狀態與一種心理狀況，不管時間及空間，完全取決於內在的心理感受。所以休閒不是注重外表的形式，而是個人主觀經驗與心理狀態。綜合以上敘述，休閒是一種自由舒暢的心境，是一種愉悅的內心感受。林東泰（1993）從社會心理學觀點歸納休閒的意義，認為人們經由休閒活動參與來擴展視野、學習休閒技能、提昇人際及社會互動來改善工作關係。由此觀點個體所表現的行為是個體與整個環境互動的總和。

所以從心理的觀點來看，休閒是一種自由、愉悅的快樂感受，透過參與來調整與環境之間的互動關係。

從以上專家學者對休閒的界定，休閒涵蓋的範圍不外乎字源、時間、活動、心理層面來做探討，但高俊雄（1996）整合休閒的各面向，提出時間、活動、體驗、行動、自我實現等五個觀點。他認為休閒是在自由時間中，個體能自由選

擇，決定有意識的行動，著重於行動過程中的自身心理感受、體驗和行動。以時間的觀點來看，休閒是扣除人類維持生命現象、履行責任義務或謀求生存，必須從事的活動所剩餘的時間。從活動的觀點來看，休閒是有目的，經過了選擇，不論是主動選擇或是被指定參與，最終都是為了均衡生活體驗、健全生活內涵及提升生命品質。以體驗觀點來看，休閒是為了從活動中獲得某些體驗，基於自由選擇參與活動；以行動的觀點來看，休閒是採取行動，去實踐完成某些對自己生活有意義的事情；最後以自我實現觀點來看，透過活動的參與，可開拓個人的天份、能力與潛力，在活動過程中逐漸孕育豐富、細膩、精緻的生活體驗，以促進自我實現。

綜合以上觀點，休閒就是在自由意識、自由時間，不受拘束、追求愉快、鬆弛身心、恢復健康、重振精神，促進自我實現的一種生活體驗。

第三節 休閒動機理論

一、動機定義

國內學者張春興（1997）認為動機是引發個體活動、維持已進行中的活動，使其活動朝向某一目標的一種內在歷程。因此，動機可引發個體發生行為的原動力，是一種個體心理與行為的一種狀態，有了需求的動機，才有行為的產生。根據教育百科辭典（1994）對動機的解釋為一種行動的直接動力，它會激勵個體以行動去達到目標的內在趨力，是個體發動和維持其行動的一種心理狀態。

曹勝雄（2001）認為動機是個體內在的某一種需求而產生，一旦需要提昇到某一程度，就會轉化成一種動機，進而促使個體尋找滿足需要的東西。從心理學角度來看休閒動機，學者陳思倫、歐聖榮、林連聰（2001）認為休閒遊憩之動機及心理需求不只是物質上的購物，更包含了內心體驗及期望的實現。心理需求的動機包含了逃避（*escaping*）、放鬆（*relaxation*）、玩樂（*play*）、聲望（*prestige*）、加強家庭的結合力（*strengthening family bonds*）、教育的機會（*education opportunity*）、社會互動（*social interaction*）、性的機會（*sexual opportunity*）、自我實踐（*self-fulfillment*）、心理願望的實現（*wish fulfillment*）、購物（*shopping*）等，從心理層面刺激參與者將有助於遊憩動機提昇。

綜合以上敘述，動機可分成兩個面向來說，一是個人行為的原動力，涉及個體想要滿足的需求，個體的任何行為，都是為了滿足需求；二是達成目標的驅力，個體內在存有能吸引他達成目的的目標，因而促使他採取行動以得到所期望的滿意體驗。

二、動機理論（*motivation theory*）

（一）需求層次論

人本主義的心理學認為動機是人性成長、發展的基本原動力，學習者的各種需求之間是相互有關連的，人類的行為都是從需求開始，而 Maslow（1970）認為個體的需求動機從最低至最高分為五種層次，依序為：生理需求、安全需求、社會需求、尊重需求、自我實現需求。當較低層次需求得到滿足後，較高層次的需求隨之產生。此動機理論則稱之為「需求層次論」。此動機層次的提高是以需求的滿足為基礎，也稱

為「需求滿足論」。人類動機發展的最高層次，為自我實現需求的滿足，也是人生追求的最高理想境界。

（二）心理分析論

以 Freud 為代表，認為人類的動機導源於性與攻擊兩種本能的衝動；而另一種則為潛意識動機（張春興，1992），大多是偽裝或變形而成。根據以上說明，我們可以瞭解動機的產生是因需求的刺激，導引至滿足的目標，最後引發個體的驅力或行為，亦即需求-驅力-行為。

（三）行為論

以 Whiting and Child (1953) 為代表，在動機的解釋上採取刺激-反應-增強。是以刺激反應來聯結及學習歷程中的增強、次增強、消弱、類化等原理，來解釋人類動機是來自於學習，經由學習歷程使個體動機隨成長趨於分化與複雜。以刺激-反應為基礎稱為動機行為論。

（四）認知論

認知主義心理學家認為動機是個體對學習的看法，因而產生對知的需求。他們認為信念會影響人類行為，學習者所想的、希望的、相信的、及所期望的都會影響他們在學習上的表現（張春興，1997）。

三、休閒動機的特徵

Iso-Ahola (1980) 提出，休閒動機是一種動態的性質而非一成不變的理論，具有三種特徵，分別是（一）因時而異：因個人的生命週期不同，而休閒動機的產生是為了讓個體在休閒過程中，對於休閒活動的選擇更有自主性，對自己的休閒活動感到滿意，對休閒涉入保有愉悅的心情。（二）因人、因地而異：休閒機會和休閒行為與社會化過程有關，每個人成長

背景不同，所接受的休閒認知、休閒態度和休閒行為的社會化內涵不盡相同，休閒動機當然也不一樣。(三) 因情境而異：個體的休閒動機，受情境因素或社會性因素影響而改變，個體過去參與的休閒經驗也會影響休閒動機參與。

四、休閒動機組成因素

休閒動機是個人或群體運用自由時間，發自於個人自由意願，來促使或達成休閒活動目標的一種心理歷程。Crandall (1980)將閒暇動機 (motivation for leisure) 歸類成十七項，分別是自然逃離文明、逃離例行事務與責任、身體運動、創造力、放鬆、社會接觸、找尋朋友、接觸異性、家庭親近、自我肯定、社會力量、利他主義、尋求刺激、自我實現、成就感、打發時間避免無聊、感性美的追求。Iso-Ahola and Allen (1982)將休閒參與動機分為：人際的轉變與控制、個人能力、逃避日常的生活事務、積極性的人際參與、轉變為輕鬆、人際能力、為了遇見異性或與異性相處七項。

胡淑雲 (1988) 將市民利用公園的動機分為二大類，包含了生理上及心理上二方面，其中在生理上方面包含為了身體健康、減肥、呼吸新鮮空氣及增強體力等；在心理方面，又區分為六種：(一) 自我滿足的：追求精神愉快、增加生活樂趣等。(二) 安全上的：為打發時間、排除無聊、煩悶、減輕心理壓力及緊張情緒等。(三) 教育上的：為滿足好奇心、學習運動等。(四) 美學上的：為觀賞風景、欣賞花木等。(五) 社會學上的：為陪小孩玩遊戲、陪家人同樂、與朋友相聚等。(六) 其它：臨時想去就去，被迫的。此一研究結果，認為使用公園的動機隨著使用者的性別、年齡、職業及教育程度的不同而有差異。賴森林、吳兆欣 (1999) 以臺灣地區民眾

為研究對象，探討體能活動者參與動機及參與行為，將動機因素分為：健康取向、自我挑戰、自尊與知性、關係取向、放鬆避免、成就避免六項。張良漢（2002）以中部地區大專院校學生為研究對象，探討休閒運動參與動機、身體活動態度、休閒運動阻礙及滿意度之研究，研究中將休閒動機分成知性追求、社會需求、健康與適能、成就性需求四項。賴子敬（2003）將臺中市高爾夫參與者之參與動機分成五項，首要的參與動機因素是偏向於健康與適能因素，其次依序為休閒娛樂因素、社會需求因素、成就感的獲得因素、心理需求因素。

綜合以上敘述，有關休閒參與動機的範圍不外乎知識、知性追求方面；社會或歸屬感方面；促進體能或身心健康；個人成就或能力方面；逃避與避免刺激方面；美學方面。本研究範圍參考張良漢（2002），並依本研究需要將休閒動機分成身心適能、社會需求、知性需求、成就需求四個因素加以探討。

五、休閒動機相關研究

陳昭蓉、林晏州（1996）將臺北市五個鄰里公園使用者的參與動機因素分為：帶小孩來玩、運動舒展身心、散步、路過順便停留、會友聊天、遊戲玩耍、休憩賞景、看書報等八項，研究結果發現在不同動機下對整體滿意度的影響也不相同，其中，性別、年齡、職業、教育程度、家庭平均所得、居住特性、使用頻率與使用時段對動機而言具有相關性。張佩娟（2003）以雲林醫院員工為研究對象，將醫院員工參與休閒運動之動機分成知識需求、成就需求、社會需求、壓力紓解、健康適能五項因素，並與人口背景變項做分析，研究發現在性別、工作類別方面未達顯著差異，其他在年齡、教

育程度、每月平均收入、運動經驗方面動達顯著水準。余幸秀（2005）以以臺北市社區大學學員為研究對象，探討學員參與休閒運動的動機與滿意度之相關性，將休閒動機分成培養休閒興趣、工作影響、建立人際關係、心理需求、滿足成就感、強健體魄七項，研究發現休閒運動動機在性別、職業、每月收入、教育程度上沒有顯著差異，在年齡、婚姻狀況達顯著水準。

第四節 休閒阻礙理論

一、休閒阻礙的起源

Mannell and Kleiber (1997)指出，休閒阻礙研究最早出現在美國 1960 年代 ORRRC (Outdoor Recreation Resources Review Commission)的戶外遊憩活動調查開始，探討影響遊憩參與的外在阻礙因素為何？例如：公園、遊憩設施的可接近性、個人時間或金錢多少等。他們認為影響人們參與休閒活動的阻礙因素，來自於休閒服務。藉由休閒服務的改進以達到休閒需求的滿足。

二、休閒阻礙的定義

Crawford and Godbey (1987)認為個體的休閒偏好，會因阻礙的介入，使休閒無法實現，若沒有阻礙因子存在，則個體即可參與休閒活動。Jackson (1988)認為個體因喜好某一項活動，但受到各項的干擾，使得個體無法參與該項活動，這些皆為阻礙。Henderson, Stalnaker, and Taylor (1991)認為休閒阻礙能阻止個體參與休閒活動、減少參與的時間及妨礙個體

獲得滿足感的所有原因，皆稱為休閒阻礙。鐘瓊珠（1998）認為休閒阻礙會抑制或減少休閒活動的參與次數、愉快等種種因素，亦即產生休閒行為過程中，任何阻止或限制個體參與的頻率、持續性與參與品質的因子，都稱為休閒阻礙。陳藝文（2000）認為休閒阻礙會抑制或中斷個體參與休閒活動，使得個體原本無意、有意或中斷參與休閒活動，這些因素稱為休閒阻礙。徐育宏（2005）認為休閒阻礙會抑制或者減少休閒活動參與次數，也就是在休閒行為過程中，任何會阻止或限制個體參與休閒活動的頻率、類型及參與品質，這些因素稱為休閒阻礙。

綜合以上敘述，休閒阻礙為個體從事活動之前或活動進行中，會抑制、限制及影響個體而導致無法參與休閒活動等因素稱之。

三、休閒阻礙產生的因素

Crawford and Godbey (1987)認為休閒阻礙具有層次性，將休閒阻礙分成三種類型，而國內相關研究亦支持此論點(陳南琦，2000；張孝銘、高俊雄，2001；陳欣宏，2004)。

(一) 個體內在阻礙 (intrapersonal constraint)

指個體的心理狀態與休閒偏好相互影響，進而在偏好與參與之間形成阻礙，個體內阻礙包括壓力、沮喪、焦慮、信仰、親屬或非親屬參照團體之態度、自我能力對適當休閒活動之主觀評價等。

(二) 人際阻礙 (interpersonal constraint)

指人際互動或是個體特質間相互影響的結果，此種情形可能造成休閒偏好與休閒參與的交互影響。

(三) 結構阻礙 (structural constraint)

影響個體休閒偏好或參與的外在因素。結構性阻礙包含了家庭收入來源、季節、氣候、時間、休閒機會、休閒資源、休閒設備，此阻礙的克服可由個體的高度偏好來解釋。

Crawford, Jackson and Godbey (1991)將上述三種休閒阻礙修正，認為休閒阻礙係從個體內在阻礙延伸至人際間阻礙，個體在克服上述兩個阻礙後，最後會面對結構性的阻礙；個體如能克服結構性的阻礙就可能參與休閒活動，反之則影響個體而未參與休閒活動。休閒阻礙階層模式，如下圖所示。

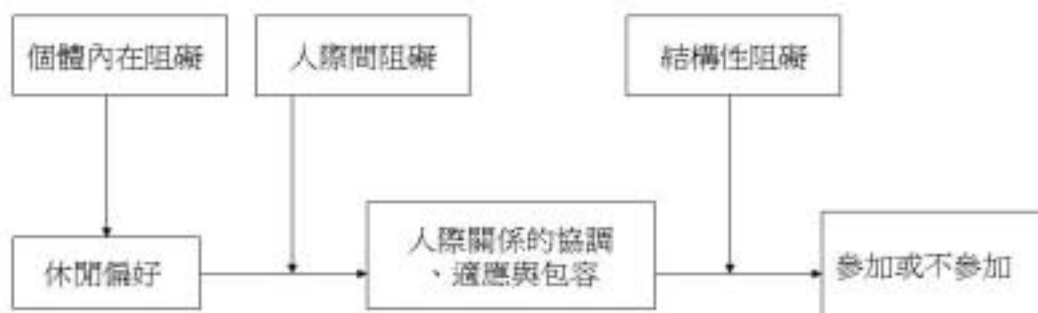


圖 2-2 休閒阻礙階層模式圖

資料來源：Crawford, D. W., Jackson, E. L., & Godbey, G. C. (1991). A hierarchical model of leisure constraints. *Leisure Sciences*, vol. 13, p313.

休閒阻礙階層模式經由圖 2-2 說明了個體內在阻礙、人際間的阻礙及結構性阻礙的出現是有其次序性，此會影響個體參與行為及休閒偏好。此阻礙模式是從最近端、最具影響力的個人內在阻礙至最遠端、影響力最小的結構性的阻礙，當個體一一克服此三種阻礙因素後，才會順利參與休閒活動或

選擇不參加，由此可知，個體內在阻礙的克服尤其重要。

陳思倫等（2001）指出，阻礙參與休閒活動的因素有二，分別是外在阻礙之因素及個人阻礙因素。外在阻礙因素包含了外在經濟因素、人口因素、社會結構、社會型態、罪犯和破壞公物、都市髒亂、各項資源、大眾交通工具；個人阻礙因素包含了個性、知覺和態度、知識和技能、性別、年齡與家庭生命週期、文化和次文化的影響、目標和生活型態、居住地區、職業、收入和金錢分配、可利用的休閒時間。張良漢（2002）認為休閒運動阻礙會影響個體在休閒時間內，不喜歡或不投入於休閒運動的參與，其休閒運動阻礙因素包含了個體阻礙因素、社會阻礙因素、經驗阻礙及機會阻礙因素等四層面。其中個體阻礙因素包含性別、財力、家庭生命週期、婚姻狀況、教養背景；社會阻礙因素包含人口、文化背景、同儕關係、休閒、環境；經驗阻礙因素包含態度、覺知、經驗；機會阻礙因素包含設備型態、品質、活動、可及性及位置、遊憩服務。

顏妙桂（2002）認為個體對於優質休閒生活的追求會面臨十大障礙因素，分別是態度障礙、溝通障礙、消費障礙、經濟障礙、經驗障礙、健康障礙、休閒覺知障礙、環境資源障礙、社會文化障礙以及時間障礙。

綜合上述，影響個體參與的因素很多，會因個體不同特性而受到不同影響因素。本研究範圍採張良漢（2002）並依本研究需要，將休閒阻礙改編成個體阻礙、社會阻礙、結構阻礙三個因素加以探討。

四、休閒阻礙相關研究

陳思倫（1993）認為阻礙高雄都會區居民參與休閒遊憩

較重要的六項依序為休閒遊憩據點或設施環境衛生差、鄰近地區缺乏適當休閒遊憩場所、休閒遊憩活動缺乏或不具趣味性、休閒遊憩據點或設施攤販雜亂、休閒遊憩據點或設施安全防護不足、休閒遊憩設施不符所需。林木俊（1993）以桃園地區民眾參與桃園縣立體育館舉辦的活動進行研究，發現影響民眾參與的主要因素，前五項分別為時間或時段的安排、交通和距離過遠、活動或節目內容、場地設施、管理與維護良好與否，此五項皆為外在因素，可見外在因素對民眾參與體育性活動影響性大。

李素馨（1997）認為影響都市女性休閒型態的阻礙因素有環境、時間、家庭、經濟、交通、同伴等，其中影響都市女性參與休閒活動的前三項休閒阻礙分別為缺乏時間、缺乏休閒環境、缺乏同伴。王小文、林晏州（1998）以大屯自然公園的遊憩者為對象，探討其遊憩衝突，研究發現人為的干擾，如：違規停車、步道上的相撞、喧嘩等對遊憩衝突頗為敏感，而使用人數過多也是造成遊憩衝突的因素之一；在社經背景的遊憩衝突上其性別、年齡、職業、活動次數、遊憩目的都沒有顯著差異，只有在學歷上以教育程度愈高者，感受的遊憩衝突愈強烈。鄭明谷（2002）以新竹科學園區勞工為研究對象，在 1290 份問卷中發現新竹科學園區勞工對參與休閒運動時所受到的阻礙依序為缺乏興趣、缺乏妥善經營管理、器材設備不足。謝鎮偉（2002）以輔仁大學教職員工為研究對象，探討員工休閒運動參與狀況及阻礙因素，研究結果發現輔仁大學教職員工參與休閒運動之阻礙因素以工作因素之阻礙最大，其次為場地設施因素，再其次為個人內在因素，環境與經濟因素阻礙最小；在不同背景變項中以性別、

年齡、學歷、職稱及收入方面其教職員工參與休閒運動之阻礙因素皆達顯著差異。

黃庭芳（2003）以職業婦女為研究對象，發現阻礙因素中以安全、時間、家庭責任及距離是婦女參與休閒活動最主要的阻礙原因。陳欣宏（2004）以臺中市中老年人為研究對象，指出臺中市中老年人休閒阻礙因子，最高的前五項依序為休閒活動資訊、太害羞、沒有時間、認識的人有很多負擔、個人興趣等因素。王註源（2005）以桃園縣國中教師為研究對象，在 529 份有效問卷中發現，桃園縣國中教師參與休閒運動的前五項阻礙因素依序為工作繁忙、找不到一起參與休閒運動的伙伴、家人不支持、場地、器材設備。王天威（2005）以臺北縣青少年女性為研究對象，在 930 份有效問卷中發現臺北縣青少年女性休閒運動的阻礙依序為時間不夠、課業繁忙、沒有一起參加休閒活動的朋友、天候因素影響、休閒工具或器材，阻礙類型依序為結構阻礙、個人認知阻礙、人際阻礙。

Mowen, Payne and Scott (2005)以俄亥俄州居民為調查對象，探討對使用公園受到的限制因素及降低受限因素條件，研究發現不同性別、年齡、教育程度及收入，在休閒阻礙因素達顯著差異；而阻礙因素包含了個人內在阻礙、人際間阻礙及結構性的阻礙。個人內在阻礙包括懼怕犯罪、健康不佳；人際間阻礙包括沒有同伴、家庭責任照顧、不喜戶外活動；結構性的阻礙包括缺乏時間、忙於其他社交活動、公園太擁擠、公園太遠、花費太高、缺乏訊息及缺乏交通工具。其中造成居民參與公園休閒活動阻礙最高因素分別為缺乏時間、忙於其他社交及家庭責任照顧。降低參與限制條件的政策包

括住家附近開發公園、提供更多公園資訊、縮短到公園時間、提供公共交通工具、使公園更具安全性、在公園舉辦許多活動、減低公園的擁擠程度、減低公園內開發、減少參訪公園費用及提供兒童照顧服務；要減輕居民參與休閒限制最迫切者分別是提供更多公園資訊、使公園更具安全性及在公園舉辦許多活動。

第五節 休閒滿意度理論

一、滿意度的定義

滿意度常是用來衡量人們對產品、服務、消費、工作、生活品質等之主觀評價，是一項衡量心中感受的指標。

Dorfman (1979)指出滿意的體驗，因個人的偏好、期望、知覺、動機等不同而有所差異，亦因各因子對該滿意體驗之貢獻強度不同而不同，使得影響需求滿意之因素更形複雜。侯錦雄（1990）將滿意度定義為：遊客參與戶外遊憩是為了對遊憩行為目標的實現，以及希望能達到個體滿意水準。Fomell (1992)認為滿意是一種反應出消費者在接受服務或使用產品後，產生喜歡或不喜歡的整體感覺。

二、休閒滿意度的定義

高俊雄（1996）休閒目的在於獲得真正快樂，而真正懂得休閒的人，才算是懂的過生活，因此，獲得休閒的滿足感，甚為重要。Beard and Ragheb (1980)為休閒滿意所下的定義為：休閒滿意是個體在參與休閒活動時所獲得正面良好感受。它是個體覺知其休閒經驗及情境的滿意或滿足程度，這種

正向的滿足感來自個體所察覺或未察覺到的需求滿足。

綜合以上敘述，休閒滿意是個體體驗休閒過程的一種認知情形，如果個體能從休閒生活中體驗到喜悅感覺，會產生休閒行為的正向回饋，此是一種內心的知覺反應。

三、休閒滿意度組成因素

Beard and Ragheb (1980)綜合其研究，提出六項休閒滿意度因素：

(一) 心理方面 (psychological factor)

休閒滿意的心理要素，如：個體的內在動機、自由選擇的活動、自我實現的需求。個體藉以從事休閒活動來挑戰他們的能力與才智，從中展現其個別性，獲得成就感。

(二) 教育方面 (educational factor)

個體從休閒活動中尋求刺激，以增加自我及週遭環境的了解。藉由體驗滿足好奇心，而拓展生活經驗。

(三) 社會方面 (social factor)

個體自願參與團體組織，以發展或維持其選擇的社會關係，有助於幫助個體社會適應，建立良好人際關係。讓個體有歸屬的需求，來認同其組織，藉以從休閒活動中的互動與溝通，幫助個體取得社會尊重及獲得他人的尊敬。

(四) 放鬆方面 (relaxation factor)

遊戲和運動能恢復身心作用。根據此一理論，休閒可以讓人獲得休息、放鬆並紓解工作及生活壓力。

(五) 身體方面 (physiological factor)

個體經由參與休閒活動可以鍛鍊身體、維持身心健康、強化心肺功能、保持良好體態。

(六) 美感方面 (aesthetic factor)

個體從事休閒活動的地點經過良好的規劃，且環境優美令人滿意，會讓休閒體驗更為豐富、有趣。

胡淑雲（1988）將一般民眾參與公園活動，分成六項休閒滿意度因素：（1）自我滿足：追求精神愉快，增加生活樂趣。（2）安全上：打發時間、排除無聊、煩悶、減輕心理壓力、緊張情緒。（3）教育上：滿足好奇心、學習運動。（4）美學上：觀賞風景、欣賞花木。（5）社會學上：陪小孩玩、家人同樂、與朋友相聚。

本研究範圍採用以上兩位專家學者提出休閒滿意度組成因素，並依研究需要加以改編，分成心理、教育、社會、放鬆、身體、美感六個因素做為探討。

四、休閒滿意度相關研究

胡淑雲（1988）以臺北市民為研究對象，探討市民使用公園的行為，研究發現市民對鄰里公園的滿意度最低，環境設施的安全性及充足性會影響使用者對公園的滿意度。陳惠美（1995）認為公園的可及性、活動空間大小、環境景緻、管理維護情形及使用者社經背景特性會影響使用者對公園的整體滿意度。陳昭蓉（1996）認為影響鄰里公園滿意度以使用者動機不同，整體滿意度也不同。就動機而言，以遊戲玩耍者的滿意度最高；帶小孩來公園玩者其滿意度最低。而環境因子滿意度中，以公園的視覺美感程度對整體滿意度的影響最大，其次分別為休憩性設施、環境衛生、面積大小、運動及遊戲設施的安全性、自由活動空間、損壞物的維修情形。

林晏州、陳惠美、顏家芝（1998）以高雄都會公園使用者滿意度進行分析，顯示受訪者滿意度並不會因社經特性的不同而有顯著差異；研究也顯示遊客對於公園內的各項設施

相當滿意。侯錦雄、姚靜婉（1998）以臺中市使用公園的市民為研究對象，探討休閒生活態度與公園使用滿意度之相關調查，研究發現市民對各項公園滿意度與社經背景、休閒生活態度及公園使用狀況有關，社經背景方面以男性滿意度較高；年齡愈大者滿意度愈高；職業方面以學生及農漁牧、工的滿意度較低；居住地以距公園愈近者滿意度愈高；使用次數以使用頻率較高者滿意度較高。王小璘、詹欣琪（1999）以臺中市經國園道的使用者為研究對象，探討綠園道的使用者對園道環境屬性滿意度，研究發現使用者遊憩特性不同，滿意度也不同。

林寶秀、林晏州（2001）認為都市公園遊憩品質的滿意程度，會隨著其都市公園面積大小的差異性愈大、多樣性愈高，則有較高的滿意度產生；而遊憩品質的滿意程度，會因其不同的社經特性，如：性別、年齡、職業、教育程度、家庭月收入有所影響。黃錦照（2002）認為田中森林公園遊客，其社經背景在性別、年齡、職業、教育程度、平均月收入、婚姻狀況、居住地等特性的不同，均會造成旅遊動機的差異，顯示遊客特性不同，旅遊動機也不同，因而影響滿意度。

郭滿州（2003）以天母運動公園使用者為研究對象，探討公園適切性及滿意度情形，研究發現年齡在31至44歲的少壯年對天母運動公園有較高需求及滿意度；教育程度愈低，滿意度愈高；居住地遠者滿意度高，附近的士林區居民滿意度反而低；能利用公共運輸的使用者呈現較高滿意度；使用頻率低者，滿意度較高。王敏華（2004）以富陽公園使用者為研究對象，發現滿意度的六個構面，心理層面、教育層面、社交層面、放鬆層面、體能層面及審美層面中，民眾以放鬆

層面、審美層面及體能層面能獲得較高的休閒滿意度。余幸秀（2005）以臺北市社區大學學員為研究對象，探討學員參與休閒運動的動機與滿意度之相關性，將休閒滿意度分成社會互動關係、身心與體能情況、教學方式、場地設備、學員間關係、學習成效、工作效率七項，研究發現休閒運動滿意度在性別、職業、每月收入、教育程度上沒有顯著差異，在年齡、婚姻狀況達顯著水準。

第六節 休閒利益理論

一、休閒利益的定義

休閒利益（benefits of leisure）係指參與活動過程中，可以幫助個體改善身心狀態或滿足個體需求的現象（高俊雄，1995）。Driver, Brown, and Peterson (1991)將利益解釋為一種獲得的概念，它通常是指的是一種改變、一種被視為有益的狀況，藉以改善個人、團體，對社會、或其他方面收穫；而休閒利益，則是參與休閒活動後個體主觀的內心感受、身心狀態、及社會關係獲得裨益，這些利益的獲得個體必須透過休閒活動參與過程中，個體體驗與感受經過主觀的評價後，進而對個體產生不同影響，這就是所謂的休閒效益（benefits of leisure）這些利益包括：紓解生活壓力、社會交流、增進家庭親子關係、實現自我理想等。這些讓我們了解，休閒活動經驗和休閒利益之間的關係密不可分。

綜合以上敘述，休閒利益是指個體參與活動過程中或體驗之後，可以改善個體身心狀態或滿足個體需求的現象。參

與者對於休閒參與的主觀評價愈高，獲得利益愈高，參與的態度就愈明顯。

二、休閒利益組成因素

Arai and Pedlar (1997)以休閒形式探討居民建立健康社區概念，係透過活動經驗以獲得五種利益分別是（一）培養新技能：學習的機會、愉快的經驗、獲得新知。（二）表露想法：感到有自信心、勇於表達自我。（三）增進身心平衡與恢復精神：感受樂趣經驗、調劑生活壓力。（四）增進能力與團隊成就：提升自我決策能力、分享團隊工作成就、增加工作效率。（五）凝聚共識：分享個人經驗、充實知識。

柴松林（1996）提出三種休閒利益分別是（一）滿足生理需求：解放工作後的疲累，透過休閒活動以娛樂紓解壓力與心理緊張。（二）滿足心理需求：豐富生活體驗，促進個體知識、能力、品味及道德水準的成長，使個體素質和生產力同時提昇。（三）滿足社會需求：對人的關懷、對社區與環境的關愛、對人類歷史與未來命運所負的責任。蘇美玲、林晏州（1999）將都市公園參與者的休閒效益依實際狀況彙整成五項分別是（一）知能成長效益：增進技能、肯定自我、吸收資訊、結交朋友；（二）親近自然效益：親近自然、欣賞景致、增加創意、獲得清靜、放鬆心情；（三）提振精神效益：自我體悟、回想往事、增加樂趣、恢復活力；（四）身心保健效益：身體休息、體能健康、心情愉快；（五）親友交誼效益：增進家人感情、增進朋友感情。

陳中雲（2001）歸納國、內外學者的觀點，針對個人休閒經驗，分成四種休閒利益分別是（一）心理效益：肯定自我、獲得成就感，自我滿足、自我實現、消除緊張、紓解壓

力，愉悅心情、獲得樂趣、發洩情緒、身心健康、欣賞、創造真善美及獲得特殊體驗等。（二）生理效益：維持體能、保持健康，獲得休息、消除疲憊、改善疾病、調劑精神及恢復精力等。（三）教育效益：增進行為技能、拓展知識領域、啟發創意、激發個人心智、潛力、培養多元興趣及促進活動技巧等。（四）社交效益：增進家人感情、促進朋友情誼及拓展社交圈等效益。

三、休閒利益模式

高俊雄（2002）認為休閒是一種行動，代表了參與者的喜好與自由意願的選擇，透過休閒參與的過程，促進個體探索的機會。對於參與休閒活動的過程中，個體可以改善其身心狀態、滿足需求的結果，稱為休閒利益。歸納整理出促進個體利益三因素，分別為均衡生活體驗、健全生活內涵、提昇生活品質，如圖 2-3 所示。

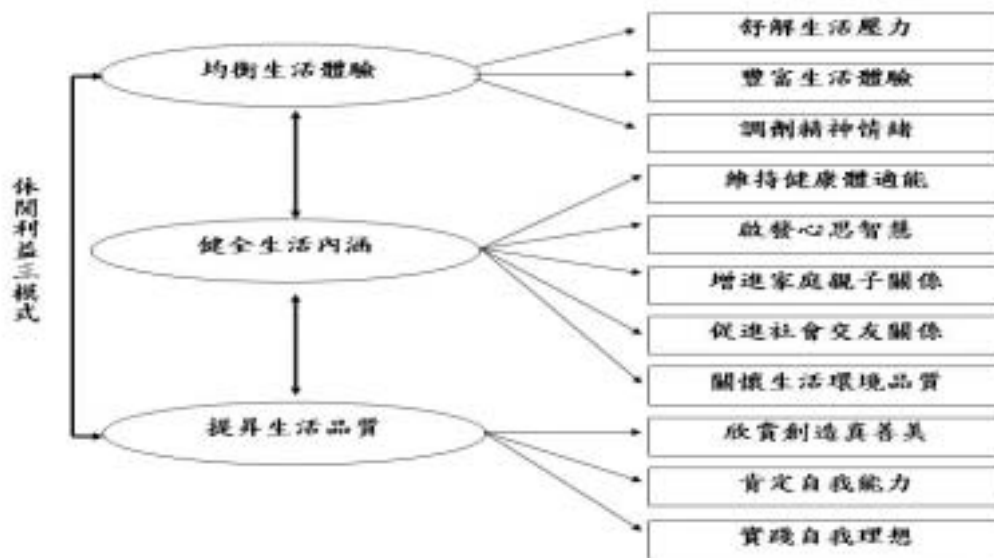


圖 2-3 休閒利益三模式

資料來源：高俊雄（1995）。休閒利益三模式。戶外遊憩研究，8（1），15-28。

(一) 均衡生活體驗

高俊雄(1995)認為個體長時間處在噪音或污染的環境，容易感到焦慮及壓力，透過休閒活動轉移其注意力，以紓解生活壓力、調劑精神情緒，豐富生活體驗，當個體又回到工作崗位時又能重新接受挑戰。

(二) 健全生活內涵

高俊雄(1995)指出藉由參與休閒活動，可維持健康體適能、啟發心思智慧、增進家庭親子關係、促進社會交友關係、關懷生活環境品質等。

(三) 提升生活品質

根據 Maslow (1970)所提出的需求理論，當較低層次需求得到滿足後，較高層次的需求隨之產生。高俊雄(1995)也指出一個人的需求滿足有層次之分，可視為個體生命品質的一個衡量標準，而參與休閒活動目的在於提昇較高層次的生活品質，如：欣賞創造真善美、肯定自我能力、實踐自我理想等。

綜合以上休閒利益組成因素及休閒利益三模式可知，休閒利益的內涵由各學者專家提出的層面大致可歸納三到五項，範圍涵蓋了生理、心理、社會及教育，而本研究範圍採用高俊雄(1995)休閒利益三模式，並依本研究需要加以改編來探討。

四、休閒利益相關研究

Ajzen (1991)從社會心理學的觀點討論休閒利益發現，休閒參與者對於休閒參與活動能獲得利益的評價越高，參與態度愈明顯，參與活動的表現也愈積極，愈能從參與中感受到休閒所帶來的豐富體驗，而心思智慧就能夠獲得更多的成長

，家庭、社會關係更加親密、更能關心所處環境與歷史文化；也有更多機會欣賞、創造生活中的真善美、更肯定自己的能力，以實現自我理想。

蘇美玲、林晏州（1999）以大安森林公園使用者做為研究對象，探討使用者之休閒態度，結果發現女性比男性在親近自然及增進親友交誼的利益高於男性；不同年齡層中 10 至 19 歲以獲得知能成長的利益較高，20 至 39 歲以獲得親近自然、提振精神利益較高，40 至 59 歲及 60 歲以上者則以身心保健與親友交誼的利益較高，研究中也顯示 60 歲以上者對於知能成長、身心保健與親近自然的利益有顯著差異；教育程度方面以教育程度愈低者，在知能成長上有顯著差異；總結研究結果顯示個人特性，包括性別、年齡、婚姻狀況、職業、教育程度、居住地等社經背景及活動頻率、活動類型會影響休閒利益，而其中的知能成長利益對休閒行為最具影響力。

第七節 休閒行為與休閒利益之相關研究

一、休閒動機對休閒滿意度之影響

謝清秀（2004）歸納 Mannell and Kleiber 在 1997 的研究，認為休閒滿意是以動機作為基本面向，個體透過參與活動而達到休閒動機的滿足，此回饋是正向、有益；即個體在活動過程中的滿意程度影響著動機及行為本身，如圖 2-4 所示。

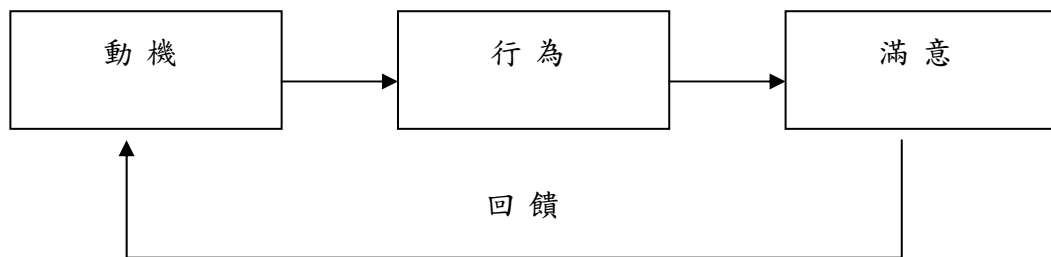


圖 2-4 休閒動機與滿意回饋模式

資料來源：謝清秀（2004）。休閒滿意回饋模式。大專網球選手
休閒動機、休閒參與及休閒滿意之研究。桃園縣：體育學院。

謝清秀（2004）以大專網球選手為研究對象，探討選手休閒動機、休閒參與及休閒滿意之差異與相關性，研究發現大專網球選手在休閒動機因素方面，以勝任-熟練性最高，其次依序為社交性、智力性、刺激-逃避性；休閒滿意因素方面，以生理最高，其次依序為放鬆、社會、教育、心理、而美感則最低，最後研究結果顯示休閒動機、休閒參與及休閒滿意三者之間具有顯著正相關。張佩娟（2003）以雲林醫院員工為研究對象，探討休閒運動參與動機與滿意度之相關性，研究發現休閒運動動機方面以有愉快運動經驗者其教育程度在高中（職）、每月個人收入在20001至30000元間，其休閒運動動機較高；休閒運動滿意度方面以男性且有愉快運動經驗、教育程度在高中（職）及專科程度者，其休閒運動滿意度較高；最後研究結果顯示休閒運動動機與滿意度兩者之間有正相關，結果顯示動機愈強則其滿意度也愈高。

余幸秀（2005）以臺北市社區大學學員為研究對象，探討學員參與休閒運動的動機與滿意度之相關性，研究發現休閒運動參與動機方面以學員年齡在56歲以上且已婚者、家庭

經濟收入愈高者參與休閒運動的動機愈高；休閒運動滿意度方面以學員年齡在56歲以上且教育程度在小學階段者參與休閒運動後的滿意度最高；最後研究結果顯示參與動機的因素中以建立人際關係方面與滿意度相關性最高；滿意度中以身心與體能情況方面與參與動機相關性最高，兩者間呈現正向關係。

莊香蘭（2004）以國立中正紀念堂參與休閒教育活動之學員為研究對象，探討休閒教育參與者生活型態、動機及滿意度差異與相關性，研究發現參與動機會影響滿意度且具有顯著正相關。許玟妃（1997）以高雄市老人活動場的高齡者為研究對象，探討社會參與動機、參與行為及參與滿意度相關性，研究發現社會參與動機方面以歸屬感及追求自我實現較高；滿意度以活動場所設置地點及其環境方面較高；最後研究結果顯示參與動機愈高，其滿意度也愈高。

傅建三（2005）以朱銘與鴻禧美術館觀眾為研究對象，探討參觀動機、藝文生活型態、休閒滿意度兩兩之間的關係，研究發現參觀動機、藝文生活型態、休閒滿意度三方面在兩兩之間具有顯著的正相關。

二、休閒阻礙對休閒滿意度之影響

李枝樺（2004）歸納 Iso-Ahola and Weissinger 在 1997 的研究，認為個體在休閒參與的過程中遇到各種阻礙問題，將使得個體在休閒活動的參與無法獲得滿足感，也就是說個體的休閒阻礙愈高其獲得的休閒滿意也愈低，兩者之間呈現負相關。

李枝樺（2004）以臺中縣市國小高年級學童為研究對象，探討休閒參與、休閒阻礙與休閒滿意度的差異與相關性，研

究發現國小高年級學童在外在資源方面的阻礙最高，其次依序為設施與環境、勝任感方面；休閒滿意度方面以放鬆方面滿意度最高，其次依序為教育、社交方面；最後研究結果顯示六個休閒阻礙因素構面和六個休閒滿意度因素構面間皆具顯著相關，當休閒阻礙愈低時，感受到的休閒滿意度愈高。游淑如（2003）以彰化縣國小教師為研究對象，探討休閒需求、休閒阻礙及休閒滿意之現況、差異及預測情形，研究發現休閒阻礙各因素方面對休閒滿意度不具預測力。

陳明勇（2005）以彰化縣國小教師為研究對象，探討不同背景變項中休閒阻礙與休閒滿意度之差異情形及其相關性，研究發現彰化縣國小教師休閒阻礙以結構性阻礙最高，其次依序為人際間阻礙、個人內在阻礙；休閒滿意度以放鬆方面滿意度最高，其次依序為教育、美感方面；最後研究結果顯示休閒阻礙、休閒滿意度各構面間皆有顯著相關，當休閒阻礙愈低時，休閒滿意度愈高。

三、休閒行為與休閒利益之相關分析

陳珠淑（2005）以大學圖書館員為研究對象，探討休閒認知、休閒阻礙與休閒效益之關係，研究發現大學圖書館員的休閒阻礙以人際阻礙為最高，其次依序為個人內在阻礙、結構阻礙；休閒效益以心智效益為最高，依次為家庭效益、社交效益與生理效益；最後研究結果顯示休閒阻礙與休閒效益上，無顯著相關存在。

蘇睦敦（2002）以高雄地區從事運動休閒參與者的婦女為對象，探討參與者感受休閒利益與休閒滿意度的差異及相關性，研究發現利益各因素方面與滿意度體驗之各因素差異達顯著水準；在心理、放鬆、生理方面呈現高度相關，在教

育、社會、美感方面呈中度相關；最後結果顯示城鄉婦女運動休閒參與者對利益認知與滿意度體驗呈正相關。邱秀玲（2003）以嘉義縣從事休閒運動參與者的婦女為對象，探討參與者感受休閒利益與休閒滿意度的差異及相關性，研究中也發現城鄉婦女休閒運動參與者在利益認知與滿意度體驗上呈正相關。

羅明葵（2001）以臺中市及南投縣持續參與社區舞蹈班之婦女為研究對象，探討持續參與行為在休閒滿意度、自覺運動利益及社區意識之差異及相關性，研究發現休閒滿意度方面在城鄉居住地、年齡、參與年資、不同活動次數上達顯著差異；自覺運動利益方面以城鄉居住地、年齡、參與年資上達顯著差異；最後結果顯示休閒滿意度與自覺運動利益間達顯著相關。

第八節 本章小結

綜合前述各節之文獻探討，本章總結整理說明如下：

一、隨著社會結構及生活型態的轉變，一般民眾對於戶外活動的需求日益增加，而公園的開放空間置身於民眾日常生活範圍內，能提供休閒運動、促進社區居民情感交流，與民眾關係密切；都市公園的設置也是為了滿足都市居民的休閒需求，一般時間大都是社區民眾之用，假日則做為市民休閒遊憩場所，它在民眾的生活中扮演著重要角色。

二、休閒行為對於個人從事休閒活動有其重要影響，個人對於休閒活動參與程度，因環境、個人因素而影響著休閒行為，

一個人若能從其休閒行為當中獲得個體需求與成就的滿足，將可消除生活中帶來的壓力與緊張，對於人際關係、個體身心、工作效率、生活品質及自我實現，有很大幫助。

三、個體雖有參與休閒的動機，仍可能受到其他因素影響而限制其休閒行為，如能透過休閒參與達到需求或動機的滿足，可豐富休閒生活，使參與者都能獲得休閒運動的益處。

四、由第七節中的相關研究探討中可以得知休閒動機及休閒阻礙對於休閒滿意之間具有正相關及負相關存在。而休閒阻礙對於休閒利益則無顯著相關存在，休閒滿意對於休閒利益之間則具正向關係存在。由謝清秀（2004）歸納的休閒動機與滿意模式中發現休閒動機產生後，個體透過參與活動而達到休閒滿意，透過滿意的獲得，休閒動機能產生正向、有益的回饋；而經由上述的說明可知經由休閒滿意的達成，可獲得正向的休閒利益，這是一種個體參與行為的強化作用，即休閒滿意度愈高，個體參與行為的正向回饋愈明顯，因此在休閒動機與滿意模式的基礎下，此回饋模式可由下圖 2-5 休閒行為與休閒利益回饋模式中來表示。

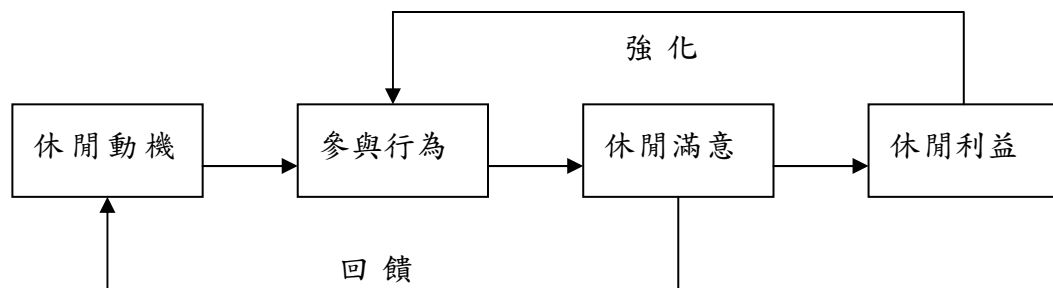


圖 2-5 休閒行為與休閒利益回饋模式（本研究整理）

依據圖 2-5 所示，本研究欲探討不同動機、阻礙對休閒滿意度的影響是否具顯著差異及其是否有典型相關進行分析。

第三章 研究方法

本章的主要目的在說明研究方法，全章共分為五節：第一節研究架構；第二節研究假設；第三節研究流程；第四節抽樣設計；第五節研究工具；第六節資料分析方法，分述如下：

第一節 研究架構

依據研究目的，並經由文獻探討，提出本研究的架構，以探討豐樂公園參與民眾之休閒行為與休閒利益之關係，如圖 3-1 所示。

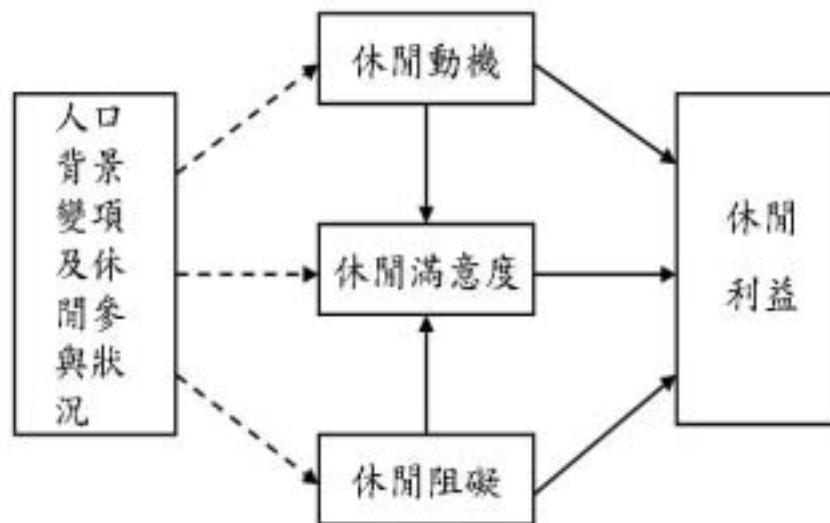


圖 3-1 本研究架構圖

第二節 研究假設

- 假設一：不同社經背景特性之休閒動機有顯著差異。
- 假設二：不同社經背景特性之休閒阻礙有顯著差異。
- 假設三：不同社經背景特性之休閒滿意度有顯著差異。
- 假設四：休閒動機對休閒滿意度之影響有顯著差異。
- 假設五：休閒阻礙對休閒滿意度之影響有顯著差異。
- 假設六：休閒動機與休閒利益兩變項間有顯著相關。
- 假設七：休閒阻礙與休閒利益兩變項間有顯著相關。
- 假設八：休閒滿意度與休閒利益兩變項間有顯著相關。

第三節 研究流程

本研究流程，如圖 3-2 所示

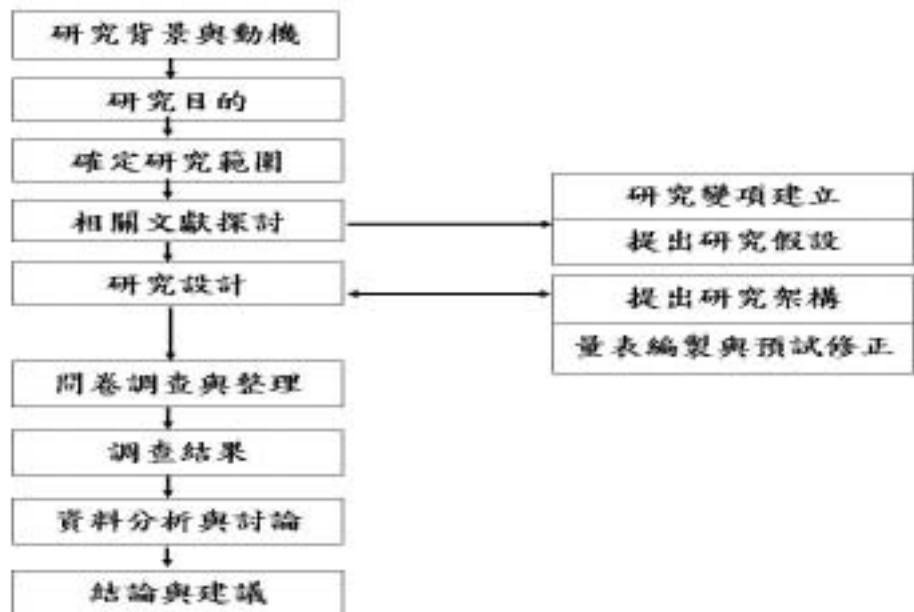


圖 3-2 本研究流程圖

第四節 抽樣設計

本研究以豐樂公園參與者為抽樣母體，研究對象包含兩部分，分成「預試樣本」及「研究樣本」。抽樣方式如下：一、預試抽樣於豐樂公園內以便利抽樣法取樣，依受試者的答題結果進行量表效度及信度考驗，預試時間於九十五年一月二十一及二十二日進行，共計發放問卷 130 份，刪除回答不完整及規律性答題者的問卷後，取得有效問卷 122 份，有效問卷率為 93.8%。二、正式抽樣同樣採便利抽樣法取樣，以九十五年八月五日至九十五年八月十九日於豐樂公園內活動的參與者為研究樣本，共計發放問卷 518 份，刪除回答不完整及規律性答題者的問卷後，共得正式問卷 447 份，有效問卷率為 86.3%。

以上抽樣方式其取樣地點分別在公園各使用分區（人工湖、大門廣場區、草坪區、兒童遊戲場、圖書館前的活動中心區、健康步道區附近）為避免年齡過小使得問卷填答無效，在問卷填寫之前先確認受試者年齡，本研究抽樣樣本的年齡在 20 歲以下者須滿 16 歲以上始可填答。

第五節 研究工具

經本研究對相關文獻作進一步整理分析後，鑑於研究之需用採問卷調查法來蒐集資料，為達到本研究之目的，特編「休閒活動參與者之休閒行為與休閒利益預試量表」，問卷內容包含五部份：第一部份動機為「休閒動機量表」、第二部份

為「休閒阻礙量表」、第三部份為「休閒滿意度量表」、第四部份為「休閒利益量表」、第五部份為「基本資料」。

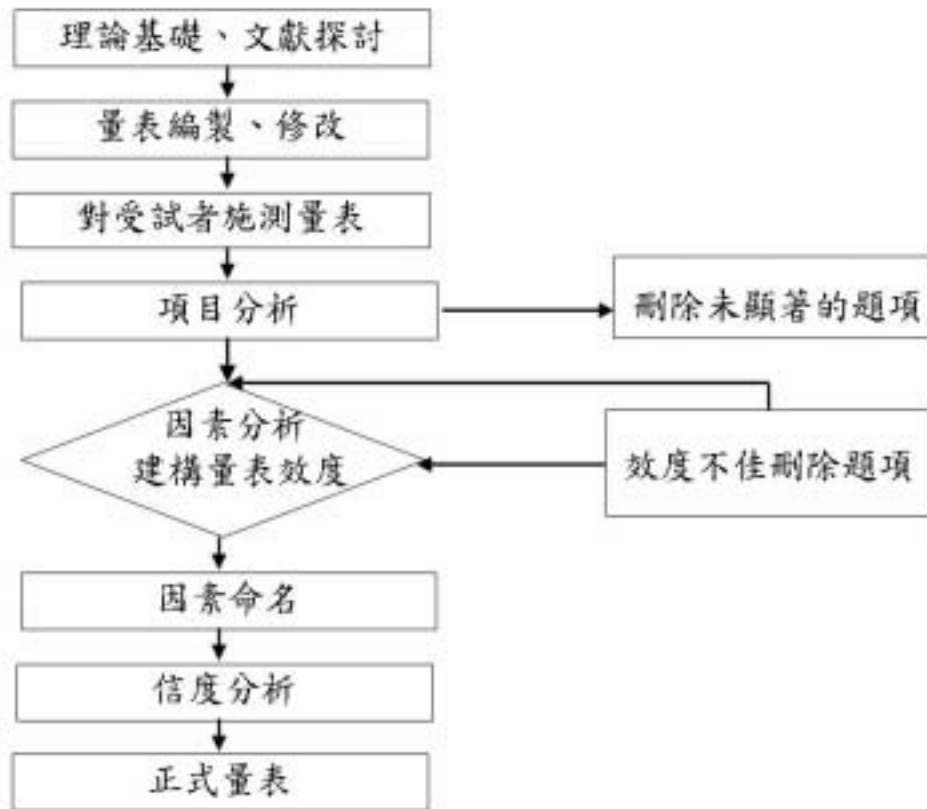


圖 3-3 本研究量表編製的設計與流程圖

資料來源：吳明隆（2005）。SPSS 統計應用實務。P1-19。

一、休閒動機部分

本研究之休閒動機構面，依據研究目的、問題及理論基礎和文獻資料進行編製，並參考張良漢（2002）之休閒動機問卷，並依本研究需要加以改編分成身心適能、社會需求、知性需求、成就需求四個構面，共16道題目，作為休閒動機的預試工具。

(一) 計分方式

本研究問卷採用 Likert 五分量表，從非常同意、同意、普通、不同意、非常不同意，依序給予 5 分、4 分、3 分、2 分、1 分。受試者可依其認同的尺度上打勾。全量表各題項之得分相加可得知休閒動機的分數。分數愈高表示參與動機愈高。

(二) 項目分析

本研究回收有效預試樣本 122 人的答題，進行題項的刪減工作，以決定題項的選取與否，是以項目分析根據受試者的答題情形加總在此量表的得分，依高分組（前 27% 的受試者）和低分組（後 27% 的受試者）對此量表進行獨立樣本 t 檢定，以考驗題項的鑑別度，取各題項 $p < .05$ 者，達顯著差異。經項目分析結果顯示，全部題項的 p 值皆小於 .05，依吳明隆（2005）之建議全部題項皆具鑑別度，予以保留。休閒動機量表項目分析結果，如表 3-1。

表 3-1 休閒動機量表項目分析各題項之 t 檢定摘要表

預試 題號	題 項 內 容	t 值	p 值
1.	為了培養身體的適應能力	5.747***	<.001
2.	為了放鬆心情並解除壓力與緊張	4.744***	<.001
3.	為了發洩多餘的體力	5.300***	<.001
4.	為了發洩情緒	3.273***	<.001
5.	為了保持良好的身材	3.974***	<.001
6.	為了增進家庭氣氛與親子關係	4.362***	<.001
7.	為了向他人表露自己的想法	6.422***	<.001
8.	為了獲得友誼	5.786***	<.001
9.	為了讓我有歸屬於某一個團體的感覺	6.448***	<.001
10.	為了與他人相處及培養默契	6.857***	<.001
11.	為了更進一步瞭解自己	8.163***	<.001
12.	為了使我更有創造力且想像力得以發揮	8.599***	<.001
13.	為了使我探索新觀念並對身旁事務更加 加瞭解	10.363***	<.001
14.	為了可獲得他人的尊重及自我實現的成 成就感	9.676***	<.001
15.	為了使我感到主動積極	9.488***	<.001
16.	為了讓我發現自己的本領與技巧並改善 我的工作能力	6.626***	<.001

*** p<.001

(三) 建構效度

本量表原有 4 個因素共 16 題，經進行因素分析後其 KMO 值為 0.809，Bartlett 球形檢定 χ^2 值為 821.871***，表示題項間有共同因素存在，適合進行因素分析。本因素分析是以主成份分析法抽取因素，以正交轉軸之最大變異法取特徵值大於 1 及因素負荷量大於 0.5 以上，作為建構效度的選取準則。休閒動機量表經上述分析後，發現第 10 題「為了與他人相處及培養默契」因素負荷量小於 0.5 先刪除，而第 16 題「為了讓我發現自己的本領與技巧並改善我的工作能力」、第 5 題「為了保持良好的身材」、第 6 題「為了增進家庭氣氛與親子關係」因包含了兩個因素以上，且因素負荷量在 0.5 左右也一併予以刪題。

休閒動機量表第一個構面有第 11 題「為了更進一步瞭解自己」、第 12 題「為了使我更有創造力且想像力得以發揮」、第 13 題「為了使我能探索新觀念並對身旁事務更加瞭解」、第 14 題「為了可獲得他人的尊重及自我實現的成就感」，本量表第一個構面名稱，依題項決定命名為「知性需求」。

第二個構面有第 15 題「為了使我感到主動積極」、第 9 題「為了讓我有歸屬於某一個團體的感覺」、第 8 題「為了獲得友誼」、第 7 題「為了向他人表露自己的想法」，本量表第二個構面名稱，依題項決定命名為「歸屬感需求」。

第三個構面有第 3 題「為了發洩多餘的體力」、第 4 題「為了發洩情緒」、第 1 題「為了培養身體的適應能力」、第 2 題「為了放鬆心情並解除壓力與緊張」，本量表第三個構面名稱，依題項決定命名為「個體身心需求」。休閒動機量表因素構面矩陣摘要表，如表 3-2。

表 3-2 休閒動機量表因素構面矩陣摘要表

頁試 頁號	題項內容	知性 需求	歸屬感 需求	個體身 心需求	共同 性
14	為了可獲得他人的尊重及自我實現的成就感	.804			.688
13	為了使我能探索新觀念並對身旁事務更加瞭解	.778			.736
11	為了更進一步瞭解自己	.775			.606
12	為了使我更有創造力且想像力得以發揮	.735			.728
15	為了使我感到主動積極		.717		.578
9	為了讓我有歸屬於某一個團體的感覺		.652		.580
8	為了獲得友誼		.631		.548
7	為了向他人表露自己的想法		.625		.683
3	為了發洩多餘的體力			.794	.824
2	為了放鬆心情並解除壓力與緊張			.772	.768
4	為了發洩情緒			.621	.538
1	為了培養身體的適應能力			.509	.523
特徵值 (λ)		4.065	2.210	1.426	
單釋變異量 (%)		33.877	18.417	11.880	
累積解釋變異量 (%)		33.877	52.294	64.173	

(四) 信度考驗

休閒動機量表的信度考驗法是以 Cronbach's α 來求得量表一致性及穩定性的程度，經考驗後本量表的總 Cronbach's α 係數為 .8342，分量表的 α 係數分別為 .8678、.7254、.6449，代表本量表的信度尚佳，能符合內部一致性信度，如表 3-3。

表 3-3 休閒動機量表各分量表與總量表之信度

分量表	知性需求	歸屬感需求	個體身心需求
α 係數	.8678	.7254	.6449
題數	4	4	4
總量表	Cronbach's α		.8342

二、休閒阻礙部分

本研究之休閒阻礙構面，依據研究目的、問題及理論基礎和文獻資料進行編製，並參考張良漢（2002）之休閒阻礙問卷分成個體阻礙、社會阻礙、結構阻礙三個構面，共 16 道題目，作為休閒阻礙的預試工具。

（一）計分方式

本研究問卷採用 Likert 五分量表，從非常同意、同意、普通、不同意、非常不同意，依序給予 5 分、4 分、3 分、2 分、1 分。受試者可依其認同的尺度上打勾。全量表各題項之得分相加可得知休閒阻礙的分數。分數愈高表示參與的阻礙愈高。

（二）項目分析

本研究回收有效預試樣本 122 人的答題，進行題項的刪減工作，以決定題項的選取與否，是以項目分析根據受試者的答題情形加總在此量表的得分，依高分組（前 27% 的受試者）和低分組（後 27% 的受試者）對此量表進行獨立樣本 t 檢定，以考驗題項的鑑別度，取各題項 $p < .05$ 者，達顯著差異。經項目分析結果顯示，第 1 題的 p 值大於 .05，依吳明隆（2005）建議此題不具鑑別度，予以刪除。休閒阻礙量表項

目分析結果，如表 3-4。

表 3-4 休閒阻礙量表項目分析各題項之 t 檢定摘要表

預試 題號	題 項 內 容	t 值	p 值
1.	女性參與公園活動的阻礙比男生多	1.877	.064
2.	天候是影響我參與公園活動的阻礙因素	4.687***	<.001
3.	年齡是影響我參與公園活動的阻礙因素	2.964***	<.001
4.	工作是影響我參與公園活動的阻礙因素	7.721***	<.001
5.	身體狀況是影響我參與公園活動的阻礙因素	6.719***	<.001
6.	個人的技能是影響我參與公園活動的阻礙因素	3.449***	<.001
7.	個人的興趣是影響我參與公園活動的阻礙因素	4.858***	<.001
8.	休閒時間多寡是影響我參與公園活動的阻礙因素	7.397***	<.001
9.	覺得自在與否是影響我參與公園活動的阻礙因素	6.712***	<.001
10.	家人態度是影響我參與公園活動的阻礙因素	7.881***	<.001
11.	有無同伴是影響我參與公園活動的阻礙因素	5.014***	<.001
12.	缺乏相關資訊是影響我參與公園活動的阻礙因素	3.476***	<.001
13.	場地設施品質是影響我參與公園活動的阻礙因素	6.941***	<.001
14.	附近治安狀況是影響我參與公園活動的阻礙因素	7.378***	<.001
15.	交通的便利性是影響我參與公園活動的阻礙因素	6.289***	<.001
16.	設施的安全性是影響我參與公園活動的阻礙因素	5.633***	<.001

*** p<.001

(三) 建構效度

本量表原有 3 個因素共 16 題，經進行因素分析後其 KMO

值為 0.764，Bartlett 球形檢定 χ^2 值為 636.660***，表示題項間有共同因素存在，適合進行因素分析。本因素分析是以主成份分析法抽取因素，以正交轉軸之最大變異法取特徵值大於 1 及因素負荷量大於 0.5 以上，作為建構效度的選取準則。休閒阻礙量表經上述分析後，發現第 11 題「有無同伴是影響我參與公園活動的主要阻礙因素」、第 2 題「天候是影響我參與公園活動的主要阻礙因素」、第 6 題「個人的技能是影響我參與公園活動的主要阻礙因素」、第 8 題「休閒時間多寡是影響我參與公園活動的主要阻礙因素」、第 12 題「缺乏相關資訊是影響我參與公園活動的主要阻礙因素」因素負荷量小於 0.5 予以刪題。

休閒阻礙量表第一個構面有第 15 題「交通的便利性是影響我參與公園活動的主要阻礙因素」、第 14 題「附近治安狀況是影響我參與公園活動的主要阻礙因素」、第 16 題「設施的安全性是影響我參與公園活動的主要阻礙因素」、第 13 題「場地設施品質是影響我參與公園活動的主要阻礙因素」，本量表第一個構面名稱，依題項決定命名為「設施環境阻礙」。

第二個構面有第 5 題「身體狀況是影響我參與公園活動的主要阻礙因素」、第 4 題「工作是影響我參與公園活動的主要阻礙因素」、第 3 題「年齡是影響我參與公園活動的主要阻礙因素」，本量表第二個構面名稱，依題項決定命名為「個體外在阻礙」。

第三個構面有第 7 題「個人的興趣是影響我參與公園活動的主要阻礙因素」、第 10 題「家人態度是影響我參與公園活動的主要阻礙因素」、第 9 題「覺得自在與否是影響我參與公園活動的主要阻礙因素」，本量表第三個構面名稱，依題項

決定命名為「個體內在阻礙」。休閒阻礙量表因素構面矩陣摘要表，如表 3-5。

表 3-5 休閒阻礙量表因素構面矩陣摘要表

預試 題號	題項內容	設施環境 阻礙	個體外在 阻礙	個體內在 阻礙	共同 性
15	交通的便利性是影響我參與 公園活動的主要阻礙因素	.882			.801
14	附近治安狀況是影響我參與 公園活動的主要阻礙因素	.879			.799
16	設施的安全性是影響我參與 公園活動的主要阻礙因素	.818			.684
13	場地設施品質是影響我參與 公園活動的主要阻礙因素	.806			.682
5	身體狀況是影響我參與公園 活動的主要阻礙因素		.811		.689
4	工作是影響我參與公園活動 的主要阻礙因素		.717		.609
3	年齡是影響我參與公園活動 的主要阻礙因素		.678		.544
7	個人的興趣是影響我參與公 園活動的主要阻礙因素			.774	.600
10	家人態度是影響我參與公園 活動的主要阻礙因素			.678	.625
9	覺得自在與否是影響我參與 公園活動的主要阻礙因素			.665	.511
特徵值 (λ)		3.103	1.810	1.637	
解釋變異量 (%)		31.031	18.101	16.367	
累積解釋變異量 %		31.031	49.132	65.499	

(四) 信度考驗

休閒阻礙量表的信度考驗法是以 Cronbach's α 來求得量表一致性及穩定性的程度，經考驗後本量表的總 Cronbach's α 係數為 .7866，分量表的 α 係數分別為 .8875、.6262、.6025，

代表本量表的信度尚佳，能符合內部一致性信度，如表 3-6。

表 3-6 休閒阻礙量表各分量表與總量表之信度

分量表	設施環境阻礙	個體外在阻礙	個體內在阻礙
α 係數	.8875	.6262	.6025
題數	4	3	3
總量表	Cronbach's α		.7866

本研究之休閒滿意度構面，依據研究目的、問題及理論基礎和文獻資料進行編製，並參考 Beard and Ragheb (1980) 及胡淑雲 (1988) 休閒滿意度量表，依本研究需要加以改編，分成心理、教育、社會、放鬆、身體、美感六個構面，共 12 道題目，作為休閒滿意度的預試工具。

(一) 計分方式

本研究問卷採用 Likert 五分量表，從非常同意、同意、普通、不同意、非常不同意，依序給予 5 分、4 分、3 分、2 分、1 分。受試者可依其認同的尺度上打勾。全量表各題項之得分相加可得知休閒滿意度的分數。分數愈高表示個體獲得休閒滿意的程度愈高。

(二) 項目分析

本研究回收有效預試樣本 122 人的答題，進行題項的刪減工作，以決定題項的選取與否，是以項目分析根據受試者的答題情形加總在此量表的得分，依高分組（前 27% 的受試者）和低分組（後 27% 的受試者）對此量表進行獨立樣本 t 檢定，以考驗題項的鑑別度，取各題項 $p < .05$ 者，達顯著差異。經項目分析結果顯示，全部題項的 p 值皆小於 .05，依吳明隆 (2005) 建議全部題項皆具鑑別度，予以保留。休閒滿

意度量表項目分析結果，如表 3-7。

表 3-7 休閒滿意度量表項目分析各題項之 t 檢定摘要表

預試 題號	題 項 內 容	t 值	P 值
1.	帶給我很大的樂趣	7.869***	<.001
2.	讓我增加自信及安全感	9.209***	<.001
3.	讓我有機會接受新事物	8.026***	<.001
4.	讓我有歸屬感	8.943***	<.001
5.	幫助我完成健身目標	6.018***	<.001
6.	讓我願意與人交往	7.619***	<.001
7.	幫助我保持健康	12.889***	<.001
8.	讓我全身舒暢	8.629***	<.001
9.	讓我增強體力與耐力	8.501***	<.001
10.	讓我心情愉快	6.397***	<.001
11.	使我懂得欣賞大自然的美	5.085***	<.001
12.	讓我更多才多藝	4.727***	<.001

(三) 建構效度

本量表原有六個因素共 12 題，經進行因素分析後其 KMO 值為 0.839，Bartlett 球形檢定 χ^2 值為 670.013***，表示題項間有共同因素存在，適合進行因素分析。本因素分析是以主成份因素抽取因素，以正交轉軸之最大變異法取特徵值大於 1 及因素負荷量大於 0.5 以上，作為建構效度的選取準則。休閒滿意度量表經上述分析後，發現第 1 題「讓我更多才多藝」因素負荷量值小於 0.5，而第 7 題「幫助我保持健康」

的因素負荷量值在 0.5 附近且包含了兩個因素，也一併予以刪題。

休閒滿意度量表第一個構面有第 6 題「讓我願意與人交往」、第 2 題「讓我增加自信及安全感」、第 4 題「讓我有歸屬感」、第 3 題「讓我有機會接受新事物」，本量表第一個構面名稱，依題項決定命名為「社會互動」。

第二個構面有第 9 題「讓我增強體力與耐力」、第 5 題「幫助我完成健身目標」、第 8 題「讓我全身舒暢」，本量表第二個構面名稱，依題項決定命名為「生理健康」。

第三個構面有第 11 題「使我懂得欣賞大自然的美」、第 10 題「讓我心情愉快」、第 1 題「帶給我很大的樂趣」，本量表第三個構面名稱，依題項決定命名為「內心愉悅」。休閒滿意度量表因素構面矩陣摘要表，如表 3-8。

表 3-8 休閒滿意度量表因素構面矩陣摘要表

預試 題號	題項內容	社會 互動	生理 健康	內心 愉悅	共同 性
6	讓我願意與人交往	.808			.666
2	讓我增加自信及安全感	.794			.690
4	讓我有歸屬感	.766			.662
3	讓我有機會接受新事物	.727			.663
9	讓我增強體力與耐力		.843		.811
5	幫助我完成健身目標		.829		.755
8	讓我全身舒暢		.775		.793
11	使我懂得欣賞大自然的美			.839	.723
10	讓我心情愉快			.728	.712
1	帶給我很大的樂趣			.590	.606
特徵值 (λ)		2.741	2.346	1.993	
解釋變異量 (%)		27.414	23.464	19.930	
累積解釋變異量 (%)		27.414	50.877	70.807	

(四) 信度考驗

休閒滿意度量表的信度考驗法是以 Cronbach's α 來求得量表一致性及穩定性，經考驗後本量表的總 Cronbach's α 係數為 .8549，分量表的 α 係數分別為 .8241、.8289、.7085，代表本量表的信度頗佳，符合內部一致性信度，如表 3-9。

表 3-9 休閒滿意度量表各分量表與總量表之信度

分量表	社會互動	生理健康	內心愉悅
α 係數	.8241	.8289	.7085
題數	4	3	3
總量表	Cronbach's α		.8549

本研究之休閒利益構面，依據研究目的、問題及理論基礎和文獻資料進行編製，並參考高俊雄（1995）對休閒利益三模式內容與定義所編製而成，並依本研究需要加以改編，分成均衡生活體驗、健全生活內涵、提昇生活品質三個構面，共 15 道題目，作為休閒利益的預試工具。

（一）計分方式

本研究問卷採用 Likert 五分量表，從非常同意、同意、普通、不同意、非常不同意，依序給予 5 分、4 分、3 分、2 分、1 分。受試者可依其認同的尺度上打勾。全量表各題項之得分相加可得知休閒利益的分數。分數愈高表示個體獲得休閒利益程度愈高。

（二）項目分析

本研究回收有效預試樣 122 人的答題，進行題項的刪減工作，以決定題項的選取與否，是以項目分析根據受試者的答題情形加總在此量表的得分，依高分組（前 27% 的受試者）和低分組（後 27% 的受試者）對此量表進行獨立樣本 t 檢定，以考驗題項的鑑別度，取各題項 $p < .05$ 者，達顯著差異。經項目分析結果顯示，第 9 題的 p 值大於 .05，依吳明隆（2005）建議此兩題不具鑑別度，予以刪除。休閒利益量表項目分析結果，如表 3-10。

表 3-10 休閒利益量表項目分析各題項之 t 檢定摘要表

預試 題號	題 項 內 容	t 值	p 值
1.	可以親近大自然	6.881***	<.001
2.	可以豐富生活體驗	8.504***	<.001
3.	可以調整精神情緒	7.114***	<.001
4.	可以維持健康的體能	9.524***	<.001
5.	可以紓解壓力	7.698***	<.001
6.	可以啟發心思智慧	2.163*	.034
7.	可以增進團隊凝聚力	9.293***	<.001
8.	可以促進社會交友關係	9.759***	<.001
9.	可以增進同儕關係	1.775	.08
10.	可以關懷生活環境品質	10.814***	<.001
11.	可以欣賞美的事物，增加創造力	7.823***	<.001
12.	可以肯定自我的能力	10.333***	<.001
13.	可以實現自我理想	10.702***	<.001
14.	可以自我超越或自我挑戰	12.321***	<.001
15.	可以獲得成就感	8.488***	<.001

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

(三) 建構效度

本量表係依據高俊雄（1995）休閒利益三因素內容予以改編以符合本研究需要，再加以進行因素分析以求得本量表的建構效度。

本量表原有三個因素共 15 題，經進行因素分析後其 KMO 值為 0.885，Bartlett 球形檢定 χ^2 值為 1621.0***，表示題項

間有共同因素在，適合進行因素分析。本因素分析是以主要成份因素抽取因素，以正交轉軸之最大變異法取特徵值大於 1 及因素負荷量大於 0.5 以上，作為建構效度的選取準則。休閒利益量表經上述分析後，發現第 6 題「可以啟發心思智慧」的因素負荷量值在 0.5 附近且包含了兩個因素，都予以刪題。

休閒利益量表第一個構面有第 13 題「可以實現自我理想」、第 12 題「可以肯定自我的能力」、第 14 題「可以自我超越或自我挑戰」、第 15 題「可以獲得成就感」、第 7 題「可以增進團隊凝聚力」、第 8 題「可以促進社會交友關係」、第 11 題「可以欣賞美的事物，增加創造力」，本量表第一個構面名稱，依題項決定命名為「自我肯定」。

第二個構面有第 5 題「可以紓解壓力」、第 3 題「可以調整精神情緒」、第 1 題「可以親近大自然」、第 4 題「可以維持健康的體能」、第 2 題「可以豐富生活體驗」、第 10 題「可以關懷生活環境品質」，本量表第二個構面名稱，依題項決定命名為「身心健康」。休閒利益量表因素構面矩陣摘要表，如表 3-11。

表 3-11 休閒利益量表因素構面矩陣摘要表

預試 題號	題項內容	自我 肯定	身心 健康	共同 性
13	可以實現自我理想	.924		.874
12	可以肯定自我的能力	.914		.875
14	可以自我超越或自我挑戰	.902		.846
15	可以獲得成就感	.895		.815
7	可以增進團隊凝聚力	.704		.555
8	可以促進社會交友關係	.639		.546
11	可以欣賞美的事物，增加創造力	.628		.592
5	可以紓解壓力		.929	.885
3	可以調整精神情緒		.900	.828
1	可以親近大自然		.874	.808
4	可以維持健康的體能		.838	.766
2	可以豐富生活體驗		.800	.726
10	可以關懷生活環境品質		.610	.687
特徵值 (λ)		5.150	4.654	
解釋變異量 (%)		39.615	35.799	
累積解釋變異量 (%)		39.615	75.415	

(四) 信度考驗

休閒利益量表的信度考驗法是以 Cronbach's α 來求得量表一致性及穩定性，經考驗後本量表的總 Cronbach's α 係數為 .9369，分量表的 α 係數分別為 .9334、.9353，代表本量表的信度相當高，具內部一致性信度，如表 3-12。

表 3-12 休閒利益量表各分量表與總量表之信度

分量表	自我肯定	身心健康
α 係數	.9334	.9353
題數	7	6
總量表	Cronbach's α	.9369

五、個人基本資料

- (一) 性別：男、女。
- (二) 年齡：20 歲以下、21 至 30 歲、31 至 40 歲、41 至 50 歲、51 至 60 歲、60 歲以上。
- (三) 職業：學生、家管、軍警公教、工商服務、自由業（自營）、農林漁牧、退休人員、無業或待業、其它_____。
- (四) 家庭月收入：2 萬元以下、2 萬至 4 萬元、4 萬至 6 萬元、6 萬至 8 萬元、8 萬至 10 萬元、10 萬元以上。
- (五) 居住地：臺中市、臺中縣、其他縣市。
- (六) 活動次數：每週 3,4 次以上、每週 1,2 次、一個月 1,2 次、偶爾來 1 次、只來過 1,2 次。
- (七) 同伴關係：親子或親戚關係、夫妻關係、朋友關係、同事或同學關係、鄰居關係、其它_____。
- (八) 預計在豐樂公園停留的時間：1 個小時以內、1 至 2 小時、2 至 3 小時、3 至 4 小時、4 小時以上。
- (九) 活動類型：體能性活動、遊樂性活動、隨意性活動、藝文性活動、其它_____。

第六節 資料分析方法

本研究根據研究假設，使用 SPSS for Windows 10.0 版統計套裝軟體進行統計分析，以考驗本研究之各項假設，採用相關統計方法如下述：

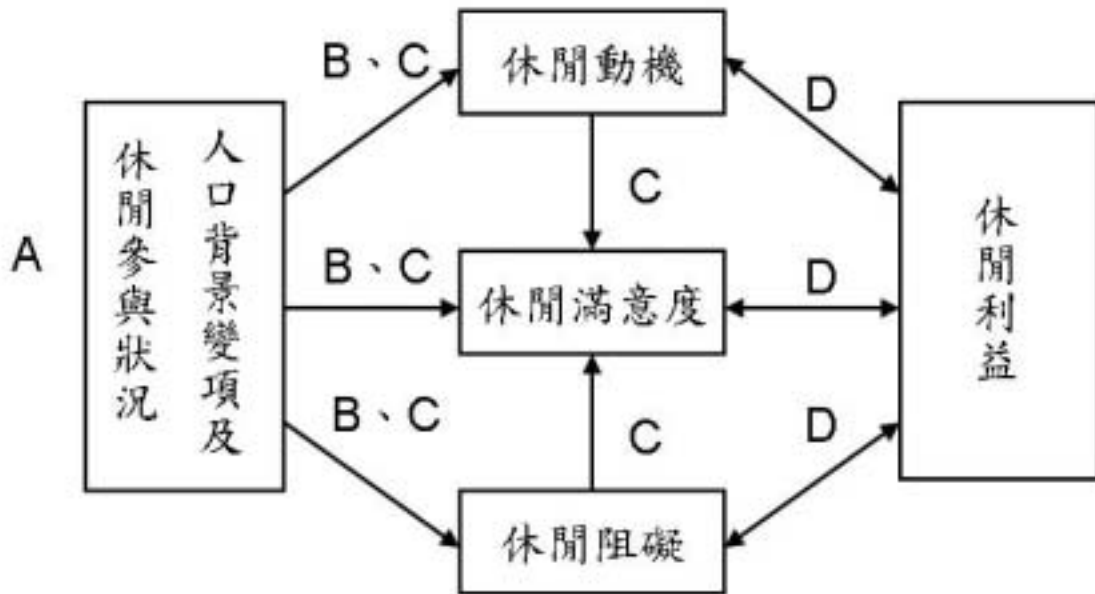
一、描述統計

- (一) 次數分配與百分比：用於描述樣本的特性。
- (二) 平均數及標準差：用於樣本在休閒動機量表、休閒滿意度量表、休閒阻礙量表及休閒利益量表上的描述。

二、推論統計

- (一) 獨立樣本單因子多變量變異數分析：以不同背景變項中的性別、年齡、居住地、活動次數、活動類型為自變項，考驗樣本在參與動機、休閒滿意度、阻礙因素等量表各構面上是否有顯著差異。
- (二) 鄧肯事後比較：在單因子多變量變異數分析後，F 值若達到顯著水準，再進行事後比較以了解差異的組別。
- (三) 典型相關分析：以休閒動機、休閒滿意度、休閒阻礙各構面為控制變項，另以休閒利益各構面為效標變項求出兩變項之間是否有顯著關係存在。
- (四) 本研究所有差異性考驗之顯著水準定為 .05。

三、資料分析架構圖



A：次數分配與百分比

B：平均數、標準差

C：單因子多變量變異數分析

D：典型相關分析

圖 3-4 資料分析架構圖

第四章 結果與討論

本章主要依據問卷資料所得之結果進行分析，以「休閒動機量表」、「休閒阻礙量表」、「休閒滿意度量表」及「休閒利益量表」，針對都市公園不同參與者的特性進行調查研究，將分析結果驗證本研究提出的假設。全章共分十節，第一節都市公園不同參與者之社經背景特性分析；第二節休閒動機分析；第三節休閒阻礙分析；第四節休閒滿意度分析；第五節休閒行為與休閒利益之徑路分析；第六節休閒動機對休閒滿意度之影響；第七節休閒動機與休閒利益之關係；第八節休閒阻礙與休閒利益之關係；第九節休閒滿意度與休閒利益之關係；第十節討論。

第一節 都市公園不同參與者之社經背景特性分析

一、社經背景變項的分佈情形

(一) 本研究受訪者性別的分佈情形，女性略多於男性，計233人，佔52.1%，男性214人，佔47.9%。如表4-1所示。

表 4-1 性別次數分配情形

性別	次數	百分比
男	214	47.9
女	233	52.1
	447	100.0

(二) 本研究受訪者的年齡分佈情形，以30至39歲居多，計183人，佔40.9%；其次為40至49歲者97人，佔21.7%，兩者合計高達62.6%；20至29歲者74人，佔16.6%；50至59歲者，35人，佔7.8%；60歲以上者33人，佔7.4%。20歲以下者25人，佔5.6%。此公園之使用者以青、壯年人為主要使用族群。如表4-2所示。

表 4-2 年齡次數分配表

年齡	次數	百分比
20歲以下	25	5.6
20至29歲	74	16.6
30至39歲	183	40.9
40至49歲	97	21.7
50至59歲	35	7.8
60歲以上	33	7.4
總和	447	100.0

(三) 本研究受訪者職業別分佈情形，以工商服務者居多，計153人，佔34.2%，其次為軍警公教76人，佔17.0%；其餘依次為自由業75人，佔16.8%；家管58人，佔13.0%，學生30人，佔6.7%；其它類別29人，佔6.5%；退休人員最少，計26人，佔5.8%。如表4-3所示。

表 4-3 職業次數分配表

職業	次數	百分比
學生	30	6.7
家管	58	13.0
軍警公教	76	17.0
工商服務	153	34.2
自由業(自營)	75	16.8
退休人員	26	5.8
其它	29	6.5
總和	447	100.0

(四)本研究受訪者的家庭月收入分佈情形，以60001~80000元者略多，計117人，佔26.2%；其次為40001~60000元者116人，佔26.0%；40000元以下者112人，佔25.1%；80001~100000元者70人，佔15.7%；100001元以上者最少，計32人，佔7.2%。如表4-4所示。

表 4-4 每月收入次數分配表

每月收入	次數	百分比
40000元以下	112	25.1
40001~60000元	116	26.0
60001~80000元	117	26.2
80001~100000元	70	15.7
100001元以上	32	7.2
總和	447	100.0

(五) 本研究受訪者的居住地分佈情形，以臺中市最多，計317人，佔70.9%；其次為臺中縣83人，佔18.6%；其他縣市最少，計47人，佔10.5%。如表4-5所示。

表 4-5 居住地次數分配表

居住地	次數	百分比
臺中市	317	70.9
臺中縣	83	18.6
其他縣市	47	10.5
總和	447	100.0

(六) 本研究受訪者的活動次數分佈情形，以每週一、二次者居多，計119人，佔26.6%；而一個月一、二次者及偶爾來一次者，皆為103人，佔23.0%；每週三、四次以上者84人，佔18.8%；只來過一、二次者最少，計38人，佔8.5%。如表4-6所示。

表 4-6 活動次數分配表

活動次數	次數	百分比
每週三四次以上	84	18.8
每週一、二次	119	26.6
一個月一、二次	103	23.0
偶爾來一次	103	23.0
只來過一、二次	38	8.5
總和	447	100.0

(七) 本研究受訪者的同伴關係分佈情形，以親子或親戚關係同遊者最多，計243人，佔54.4%；其次為夫妻關係者83人，佔18.6%；朋友關係者68人，佔15.2%；其它關係者22人，佔4.9%；同事或同學關係者17人，佔3.8%，鄰居關係者最少計14人，佔3.1%。如表4-7所示。

表 4-7 同伴關係次數分配表

同伴關係	次數	百分比
親子或親戚關係	243	54.4
夫妻關係	83	18.6
朋友關係	68	15.2
同事或同學關係	17	3.8
鄰居關係	14	3.1
其它	22	4.9
總和	447	100.0

(八) 本研究受訪者平均在豐樂公園停留時間分佈情形，以一至二小時者居多，計239人，佔53.5%；其次為二至三小時者85人，佔19.0%；一小時以內者81人，佔18.1%；三至四小時者31人，佔6.9%；四小時以上者11人，佔2.5%；來此公園之停留時間以一至三小時最多，比例高達90.6%。如表4-8所示。

表 4-8 停留時間次數分配表

停留時間	次數	百分比
一小時以內	81	18.1
一至二小時	239	53.5
二至三小時	85	19.0
三至四小時	31	6.9
四小時以上	11	2.5
總和	447	100.0

(九) 本研究受訪者的活動類型分佈情形，以隨意性活動者最多，計 245 人，佔 54.8%；其次為體能性活動者 71 人，佔 15.9%；其它活動者 54 人，佔 12.1%；遊樂性活動者 52 人，佔 11.6%；藝文性活動者 25 人，佔 5.6%。如表 4-9 所示。

表 4-9 活動類型次數分配表

活動類型	次數	百分比
體能性活動	71	15.9
遊樂性活動	52	11.6
隨意性活動	245	54.8
藝文性活動	25	5.6
其它	54	12.1
總和	447	100.0

第二節 休閒動機分析

一、受訪者在休閒動機量表各因素構面之情形

由表 4-10 得知，受訪者在休閒動機量表各因素構面的平均數高低依序為「個體身心需求」（ $M=3.716$ ）、「歸屬感需求」（ $M=3.336$ ）、「知性需求」（ $M=3.314$ ）。顯示受訪者參與都市公園活動時以個體身心需求為最高，其次為歸屬感需求，而知性需求動機為最低，可以得知多數受訪者認為休閒生活的確能幫助解除壓力、緊張、培養身體適應力及發洩多餘體力及情緒。

表 4-10 受訪者在休閒動機之平均數、標準差

休閒動機	平均數	標準差	題數
知性需求	3.314	0.769	4
歸屬感需求	3.336	0.692	4
個體身心需求	3.716	0.712	4

二、受訪者在休閒動機的差異性分析

（一）不同性別在休閒動機之差異性

本研究以單因子多變量變異數分析（one-way MANOVA）考驗研究假設一，藉此了解不同性別的受訪者在休閒動機之差異情形，結果如表 4-11 所示。

表 4-11 不同性別在休閒動機之單因子多變量變異數分析摘要表

變異來源	df	SSCP			Wilk's λ
組間	1	.125	.161	-.429	
		.161	.208	-.554	.987
		-.429	-.554	1.473	

由表4-11可以了解不同性別的受訪者在休閒動機上的差異情形未達到顯著水準（Wilk's λ =.987， $p > .05$ ），表示男性與女性在休閒動機上並無顯著差異存在，此結果拒絕研究假設一。

（二）不同年齡在休閒動機之差異性

本研究以單因子多變量變異數分析（one-way MANOVA）考驗研究假設一，藉此了解不同年齡的受訪者在休閒動機之差異情形，結果如表4-12所示。

表 4-12 不同年齡在休閒動機之單因子多變量變異數分析摘要表

變異來源	df	SSCP			Wilk's λ
組間	5	9.557	1.329	1.427	
		1.329	1.856	1.233	.871***
		1.427	1.233	14.803	

*** $p < .001$

由表4-12可以了解不同年齡的受訪者在休閒動機上的差異情形達到顯著水準（Wilk's λ =.871， $p < .001$ ），表示不同年齡層的參與者在休閒動機上有顯著差異存在，此結果支持研究假設一。

表 4-13 不同年齡在休閒動機之單因子單變量變異數分析摘要表

因素名稱	SS	df	MS	F	P	事後比較
知性需求	9.557	5	1.911	3.316	**	4>2
歸屬感	1.856	5	.371	.774	.569	
個體身心	14.803	5	2.961	6.171	***	3>(5,6)

** p<.01 , *** p<.001

1 = 20 歲以下 2 = 20 至 29 歲 3 = 30 至 39 歲

4 = 40 至 49 歲 5 = 50 至 59 歲 6 = 60 歲以上

為了進一步驗證不同年齡層的受訪者在休閒動機差異情形，由表 4-13 差異性分析結果中可以得知，不同年齡層受訪者在休閒動機各因素「知性需求」（ $F=3.316$ ， $p<.01$ ）、「個體身心」（ $F=6.171$ ， $p<.001$ ）的差異達到顯著水準，顯示不同年齡層的受訪者在「知性需求」、「個體身心」兩方面有顯著差異存在，經 Duncan 事後比較的結果，發現 40 至 49 歲的參與者在知性需求的動機上明顯高於 20 至 29 歲的參與者；對於個體身心的需求動機而言，30 至 39 歲的參與者明顯高於 50 歲以上的參與者。

在「歸屬感」（ $F=.774$ ， $p>.05$ ）因素的差異未達顯著水準，顯示不同年齡層的參與者對於此一因素的休閒動機有相同的看法。

表 4-14 不同年齡在休閒動機之平均數、標準差

年齡	統計數	知性需求	歸屬感需求	個體身心需求
20 歲以下	平均數	3.210	3.310	3.720
(n=25)	標準差	0.809	0.775	0.741
21 至 30 歲	平均數	3.044	3.243	3.682
(n=74)	標準差	0.629	0.629	0.696
31 至 40 歲	平均數	3.325	3.395	3.851
(n=183)	標準差	0.827	0.728	0.660
41 至 50 歲	平均數	3.513	3.299	3.771
(n=97)	標準差	0.744	0.673	0.671
51 至 60 歲	平均數	3.336	3.264	3.329
(n=35)	標準差	0.752	0.636	0.704
60 歲以上	平均數	3.333	3.424	3.295
(n=25)	標準差	0.627	0.675	0.858

(三) 不同居住地在休閒動機之差異性

本研究以單因子多變量變異數分析 (one-way MANOVA) 考驗研究假設一，藉此了解不同居住地的受訪者在休閒動機之差異情形，結果如表 4-15 所示。

表 4-15 不同居住地在休閒動機之單因子多變量變異數分析摘要表

變異來源	df		SSCP		Wilk's λ
組間	2	1.174	.375	.180	
		.375	.325	-.109	.992
		.180	-.109	.163	

由表 4-15 可以了解不同居住地的受訪者在休閒動機上的差異情形未達到顯著水準 (Wilk's $\lambda = .992$, $p > .05$)，表示居住地在休閒動機上並無顯著差異存在，此結果拒絕研究假設一。

(四) 不同活動次數在休閒動機之差異性

本研究以單因子多變量變異數分析 (one-way MANOVA) 考驗研究假設一，藉此了解不同年齡的受訪者在休閒動機之差異情形，結果如表 4-16 所示。

表 4-16 不同活動次數在休閒動機之單因子多變量變異數分析摘要表

變異來源	df	SSCP			Wilk's λ
組間	4	9.271	4.473	.457	.930***
		4.473	6.513	3.219	
		.457	3.219	3.242	

*** $p < .001$

由表 4-16 可以了解不同活動次數的受訪者在休閒動機上的差異情形達到顯著水準 (Wilk's $\lambda = .930$, $p < .001$)，表示不同活動次數的參與者在休閒動機上有顯著差異存在，此結果支持研究假設一。

表 4-17 不同活動次數在休閒動機之單因子單變量變異數分析摘要表

因素名稱	SS	df	MS	F	P	事後比較
知性需求	9.271	4	2.318	4.026	**	(5,1,2) > 4
歸屬感	6.513	4	1.628	3.480	**	(1,2) > 5
個體身心	3.242	4	.811	1.606	.172	

** $p < .01$

1 = 每週三四次以上 2 = 每週一、二次 3 = 一個月一、二次
4 = 偶爾來一次 5 = 只來過一二次

為了進一步驗證不同活動次數的受訪者在休閒動機差異情形，由表 4-17 差異性分析結果中可以得知，不同活動次數受訪者在休閒動機各因素「知性需求」（ $F=4.026$ ， $p<.01$ ）、「歸屬感」（ $F=3.480$ ， $p<.01$ ）的差異達到顯著水準，顯示不同活動次數的受訪者在「知性需求」、「歸屬感」兩方面有顯著差異存在，經 Duncan 事後比較的結果，發現只來過一、二次、每週活動三、四次以上及每週活動一、二次的參與者在知性需求的動機上明顯高於偶爾來一次的參與者；對於歸屬感的需求動機而言，每週活動三、四次以上及每週活動一、二次的參與者明顯高於只來過一二次的參與者。

在「個體身心」（ $F=1.606$ ， $p>.05$ ）因素的差異未達顯著水準，顯示不同活動次數的參與者對於此一因素的休閒動機有相同的看法。

表 4-18 不同活動次數在休閒動機之平均數、標準差

活動次數	統計數	知性需求	歸屬感需求	個體身心需求
每週三四次以上	平均數	3.470	3.446	3.753
(n=84)	標準差	0.771	0.777	0.766
每週一、二次	平均數	3.359	3.471	3.824
(n=119)	標準差	0.658	0.548	0.660
一個月一、二次	平均數	3.286	3.296	3.607
(n=103)	標準差	0.778	0.664	0.720
偶爾來一次	平均數	3.087	3.189	3.716
(n=103)	標準差	0.837	0.793	0.695
只來過一、二次	平均數	3.520	3.178	3.599
(n=38)	標準差	0.752	0.572	0.750

(五) 不同活動類型在休閒動機之差異性

本研究以單因子多變量變異數分析 (one-way MANOVA) 考驗研究假設一，藉此了解不同活動類型的受訪者在休閒動機之差異情形，結果如表 4-19 所示。

表 4-19 不同活動類型在休閒動機之單因子多變量變異數分析摘要表

變異來源	df	SSCP			Wilk's λ
組間	4	4.931	-3.574	-3.636	
		-3.574	12.385	16.838	.826***
		-3.636	16.838	23.508	

*** $p < .001$

由表 4-19 可以了解不同活動類型的受訪者在休閒動機上的差異情形達到顯著水準 (Wilk's $\lambda = .826$, $p < .001$)，表示不同活動類型的參與者在休閒動機上有顯著差異存在，此結果支持研究假設一。

表 4-20 不同活動類型在休閒動機之單因子單變量變異數分析摘要表

因素名稱	SS	df	MS	F	P	事後比較
知性需求	4.931	4	1.233	2.105	.079	
歸屬感	12.385	4	3.096	6.811	***	(1,5) > 2 > 4
個體身心	23.508	4	5.877	12.805	***	1 > 3 > (2,4)

*** $p < .001$

1 = 體能性活動 2 = 遊樂性活動 3 = 隨意性活動

4 = 藝文性活動 5 = 其它

為了進一步驗證不同活動類型的受訪者在休閒動機差異情形，由表 4-20 差異性分析結果中可以得知，不同活動類型

受訪者在休閒動機各因素「歸屬感」(F=6.811, p<.001)、
 「個體身心」(F=12.805, p<.001)的差異達到顯著水準，
 顯示不同活動類型的受訪者在「歸屬感」、「個體身心」兩
 方面有顯著差異存在，經 Duncan 事後比較的結果，發現從
 事體能性活動、其它類型活動的參與者在歸屬感需求動機上
 明顯高於遊樂性、藝文性活動的參與者；對於個體身心的需
 求動機而言，從事體能性活動參與者明顯高於隨意性活動、
 遊樂性活動、藝文性活動及其它活動類型的參與者。

在「知性需求」(F=2.105, p>.05)因素的差異未達顯
 著水準，顯示不同活動類型的參與者對於此一因素的休閒動
 機有相同的看法。

表 4-21 不同活動類型在休閒動機之平均數、標準差

活動類型	統計數	知性需求	歸屬感需求	個體身心需求
體能性活動	平均數	3.197	3.570	4.028
(n=71)	標準差	0.639	0.567	0.636
遊樂性活動	平均數	3.154	3.135	3.356
(n=52)	標準差	0.707	0.727	0.642
隨意性活動	平均數	3.342	3.330	3.730
(n=245)	標準差	0.796	0.675	0.674
藝文性活動	平均數	3.620	2.870	3.130
(n=25)	標準差	0.685	0.463	0.591
其它	平均數	3.356	3.468	3.866
(n=54)	標準差	0.856	0.813	0.803

第三節 休閒阻礙分析

一、受訪者在休閒阻礙量表各因素構面之情形

由表 4-22 得知，受訪者在休閒阻礙量表各因素構面的平均數高低依序為「設施環境阻礙」（ $M=3.769$ ）、「個體內在阻礙」（ $M=3.316$ ）、「個體外在阻礙」（ $M=2.797$ ）。顯示受訪者普遍認為在公園參與休閒活動的場地設施品質、附近治安狀況、交通便利性、設施安全性等阻礙因素是最高的，內在阻礙也是重要考量因素，而個體無法決定的外在因素阻礙最小。

表 4-22 受試者在休閒阻礙之平均數、標準差

休閒阻礙	平均數	標準差	題數
設施環境阻礙	3.769	0.844	4
個體外在阻礙	2.797	0.832	3
個體內在阻礙	3.316	0.839	3

二、受訪者在休閒阻礙的差異性分析

（一）不同性別在休閒阻礙之差異性

本研究以單因子多變量變異數分析（one-way MANOVA）考驗研究假設二，藉此了解不同性別的受訪者在休閒阻礙之差異情形，結果如表 4-23 所示。

表 4-23 不同性別在休閒阻礙之單因子多變量變異數分析摘要表

變異來源	df	SSCP		Wilk's λ	
組間	1	.000	.003	.012	
		.003	.232	.897	.985
		.012	.897	3.466	

由表 4-23 可以了解不同性別的受訪者在休閒阻礙上的差異情形未達到顯著水準 (Wilk's $\lambda = .985$, $p > .05$)，表示男性與女性在休閒阻礙上並無顯著差異存在，此結果拒絕研究假設二。

(二) 不同年齡在休閒阻礙之差異性

本研究以單因子多變量變異數分析 (one-way MANOVA) 考驗研究假設二，藉此了解不同年齡的受訪者在休閒阻礙之差異情形，結果如表 4-24 所示。

表 4-24 不同年齡在休閒阻礙之單因子多變量變異數分析摘要表

變異來源	df	SSCP			Wilk's λ
組間	5	8.429	-2.874	-10.558	
		-2.874	6.204	7.796	.853***
		-10.558	7.796	17.328	

*** $p < .001$

由表 4-24 可以了解不同年齡的受訪者在休閒阻礙上的差異情形達到顯著水準 (Wilk's $\lambda = .853$, $p < .001$)，表示不同年齡層的參與者在休閒阻礙上有顯著差異存在，此結果支持研究假設二。

表 4-25 不同年齡在休閒阻礙之單因子單變量變異數分析摘要表

因素名稱	SS	df	MS	F	P	事後比較
設施環境	8.429	5	1.666	2.403 *		6 > (1,2,3,4)
個體外在	6.204	5	1.241	1.806	.110	
個體內在	17.328	5	3.466	5.140 ***		(4,3,2,1) > (6,5)

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

1 = 20 歲以下 2 = 20 至 29 歲 3 = 30 至 39 歲
 4 = 40 至 49 歲 5 = 50 至 59 歲 6 = 60 歲以上

為了進一步驗證不同年齡層的受訪者在休閒阻礙差異情形，由表 4-25 差異性分析結果中可以得知，不同年齡層受訪者在休閒阻礙各因素「設施環境」(F=2.403, p<.05)、「個體內在」(F=5.140, p<.001)的差異達到顯著水準，顯示不同年齡層的受訪者在「設施環境」、「個體內在」兩方面有顯著差異存在，經 Duncan 事後比較的結果，發現 60 歲以上的參與者在設施環境的阻礙上明顯高於其他年齡層的參與者，顯示年齡愈大，設施環境的阻礙也愈高；對於個體內在的阻礙而言，50 歲以下的參與者明顯高於 50 歲以上的參與者。

在「個體外在」(F=1.806, p>.05)因素的差異未達顯著水準，顯示不同年齡層的參與者對於休閒阻礙的不易克服持相同的看法。

表 4-26 不同年齡在休閒阻礙之平均數、標準差

年齡	統計數	設施環境	個體外在	個體內在
20 歲以下	平均數	3.610	2.613	3.280
(n=25)	標準差	1.051	0.768	0.931
21 至 30 歲	平均數	3.757	2.847	3.293
(n=74)	標準差	0.749	0.734	0.678
31 至 40 歲	平均數	3.751	2.872	3.426
(n=183)	標準差	0.857	0.812	0.802
41 至 50 歲	平均數	3.647	2.808	3.447
(n=97)	標準差	0.861	0.839	0.882
51 至 60 歲	平均數	3.986	2.457	2.867
(n=35)	標準差	0.855	0.890	0.883
60 歲以上	平均數	4.144	2.747	2.879
(n=25)	標準差	0.616	1.044	0.877

(三) 不同居住地在休閒阻礙之差異性

本研究以單因子多變量變異數分析 (one-way MANOVA) 考驗研究假設二，藉此了解不同居住地的受訪者在休閒阻礙之差異情形，結果如表 4-27 所示。

表 4-27 不同居住地在休閒阻礙之單因子多變量變異數分析摘要表

變異來源	df	SS	MS	F	Wilk's λ
組間	2	14.482	6.945	8.042	
		6.945	3.491	4.293	.948***
		8.042	4.293	5.653	

*** $p < .001$

由表 4-27 可以了解不同居住地的受訪者在休閒阻礙上的差異情形達到顯著水準 (Wilk's $\lambda = .948$, $p < .001$)，表示居住地在休閒阻礙上有顯著差異存在，此結果接受研究假設二。

表 4-28 不同居住地在休閒阻礙之單因子單變量變異數分析摘要表

因素名稱	SS	df	MS	F	P	事後比較
設施環境	14.482	2	7.241	10.598	***	(3,2) > 1
個體外在	3.491	2	1.746	2.535	.080	
個體內在	5.653	2	2.826	4.061	*	3 > 1

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

1=臺中市 2=臺中縣 3=其他縣市

為了進一步驗證不同居住地的受訪者在休閒阻礙差異情形，由表 4-28 差異性分析結果中可以得知，不同居住地受訪者在休閒阻礙各因素「設施環境」(F=10.598, $p < .001$)、

「個體內在」(F=4.061, p<.05)的差異達到顯著水準，顯示不同居住地的受訪者在「設施環境」、「個體內在」兩方面有顯著差異存在，經Duncan事後比較的結果，發現臺中市以外的參與者在設施環境的阻礙上明顯高於臺中市的參與者；對於個體內在的阻礙而言，其他縣市的參與者明顯高於臺中市的參與者。

在「個體外在」(F=2.535, p>.05)因素的差異未達顯著水準，顯示不同居住地的參與者對於休閒阻礙的不易克服持相同的看法。

表 4-29 不同居住地在休閒阻礙之平均數、標準差

居住地	統計數	設施環境	個體外在	個體內在
臺中市 (n=317)	平均數	3.655	2.744	3.257
	標準差	0.839	0.812	0.828
臺中縣 (n=83)	平均數	4.018	2.888	3.373
	標準差	0.781	0.848	0.881
其他縣市 (n=47)	平均數	4.101	3.000	3.617
	標準差	0.822	0.914	0.789

(四) 不同活動次數在休閒阻礙之差異性

本研究以單因子多變量變異數分析(one-way MANOVA)考驗研究假設二，藉此了解不同活動次數的受訪者在休閒阻礙之差異情形，結果如表4-30所示。

表 4-30 不同活動次數在休閒阻礙之單因子多變量變異數分析摘要表

變異來源	df	SSCP		Wilk's λ
組間	4	15.534	17.517	14.011
		17.517	21.622	16.694
		14.011	16.694	13.564

*** $p < .001$

由表 4-30 可以了解不同活動次數的受訪者在休閒阻礙上的差異情形達到顯著水準 (Wilk's $\lambda = .903$, $p < .001$)，表示不同活動次數的參與者在休閒阻礙上有顯著差異存在，此結果支持研究假設二。

表 4-31 不同活動次數在休閒阻礙之單因子單變量變異數分析摘要表

因素名稱	SS	df	MS	F	P 事後比較
設施環境	15.534	4	3.884	5.678	*** (5,4,3) > (2,1)
個體外在	21.622	4	5.405	8.308	*** 5 > (4,3) > (2,1)
個體內在	13.564	4	3.391	4.978	*** 5 > (3,4) > (2,1)

*** $p < .001$

1 = 每週三、四次以上 2 = 每週一、二次 3 = 一個月一、二次
4 = 偶爾來一次 5 = 只來過一、二次

為了進一步驗證不同活動次數的受訪者在休閒阻礙差異情形，由表 4-31 差異性分析結果中可以得知，不同活動次數的受訪者在休閒阻礙各因素「設施環境」(F=5.678, $p < .001$)、「個體外在」(F=8.308, $p < .001$)、「個體內在」(F=4.978, $p < .001$)的差異皆達到顯著水準，顯示不同活動次數的受訪

者在「設施環境」、「個體外在」、「個體內在」三方面都有顯著差異存在，經 Duncan 事後比較的結果，發現設施環境的阻礙上，只來過一、二次的、偶爾來一次及一個月來一、二次的參與者都高於每週來一、二次及每週來三、四次以上的參與者；對於個體外在阻礙以只來過一、二次的最高其次是偶爾來一次及一個月來一、二次的參與者，最小的是每週來一、二次及每週來三、四次以上的參與者；對於個體內在阻礙以只來過一、二次的最高其次是偶爾來一次及一個月來一、二次的參與者，最小的是每週來一、二次及每週來三、四次以上的參與者，其阻礙高低順序與個體外在相同。

表 4-32 不同活動次數在休閒阻礙之平均數、標準差

活動次數	統計數	設施環境	個體外在	個體內在
每週三四次以上	平均數	3.518	2.587	3.087
(n=84)	標準差	0.952	0.921	1.001
每週一二次	平均數	3.613	2.583	3.199
(n=119)	標準差	0.731	0.715	0.802
一個月一二次	平均數	3.893	2.913	3.411
(n=103)	標準差	0.849	0.840	0.799
偶爾來一次	平均數	3.917	2.919	3.398
(n=103)	標準差	0.860	0.712	0.760
只來過一二次	平均數	4.072	3.298	3.711
(n=38)	標準差	0.639	0.948	0.698

(五) 不同活動類型在休閒阻礙之差異性

本研究以單因子多變量變異數分析 (one-way MANOVA)

考驗研究假設二，藉此了解不同活動類型的受訪者在休閒阻礙之差異情形，結果如表 4-33 所示。

表 4-33 不同活動類型在休閒阻礙之單因子多變量變異數分析摘要表

變異來源	df	SS	MS	F	Wilk's λ
組間	4	17.531	4.383	6.450	.778***
		21.192	5.298	7.947	
		18.696	4.674	6.811	

*** $p < .001$

由表 4-39 可以了解不同活動類型的受訪者在休閒阻礙上的差異情形達到顯著水準 (Wilk's $\lambda = .778$, $p < .001$)，表示不同活動類型的參與者在休閒阻礙上有顯著差異存在，此結果支持研究假設二。

表 4-34 不同活動類型在休閒阻礙之單因子單變量變異數分析摘要表

因素名稱	SS	df	MS	F	P	事後比較
設施環境	17.531	4	4.383	6.450	***	4,3>1
個體外在	54.479	4	13.620	23.635	***	4>(2,3,5)>1
個體內在	30.897	4	7.724	12.032	***	4>(2,3,5)>1

*** $p < .001$

1 = 體能性活動 2 = 遊樂性活動 3 = 隨意性活動

4 = 藝文性活動 5 = 其它

為了進一步驗證不同活動類型的受訪者在休閒阻礙差異情形，由表 4-34 差異性分析結果中可以得知，不同活動次數的受訪者在休閒阻礙各因素「設施環境」(F=6.450, $p < .001$)、「個體外在」(F=23.635, $p < .001$)、「個體內在」(F=12.032,

p<.001) 的差異皆達到顯著水準，顯示不同活動類型的受訪者在「設施環境」、「個體外在」、「個體內在」三方面都有顯著差異存在，經 Duncan 事後比較的結果，發現設施環境的阻礙以參與藝文性活動、隨意性活動者高於從事體能性活動者；對於個體外在阻礙以參與藝文性活動者最高，其次是參與遊樂性活動、隨意性活動及其它類型活動，最小的是參與體能性活動者；對於個體內在阻礙也是以參與藝文性活動者最高，其次是參與遊樂性活動、隨意性活動及其它類型活動，最小的是參與體能性活動者，其阻礙高低順序與個體外在相同。

表 4-35 不同活動類型在休閒阻礙之平均數、標準差

活動類型	統計數	設施環境	個體外在	個體內在
體能性活動	平均數	3.433	2.329	2.808
(n=71)	標準差	0.737	0.689	0.675
遊樂性活動	平均數	3.514	2.865	3.404
(n=52)	標準差	0.704	0.644	0.862
隨意性活動	平均數	3.881	2.799	3.395
(n=245)	標準差	0.855	0.749	0.808
藝文性活動	平均數	4.120	4.040	3.960
(n=25)	標準差	0.511	0.662	0.572
其它	平均數	3.787	2.772	3.247
(n=54)	標準差	0.992	0.999	0.939

第四節 休閒滿意度分析

一、受訪者在休閒滿意度量表各因素構面之情形

由表 4-36 得知，受訪者在休閒滿意度量表各因素構面的平均數高低依序為「內心愉悅」（ $M=4.085$ ）、「生理健康」（ $M=3.741$ ）、「社會學習」（ $M=3.489$ ）。顯示受訪者認為在公園參與休閒活動可以獲得較高內心愉悅感受程度高於生理健康、社會學習的滿意度。

表 4-36 受試者在休閒滿意度之平均數、標準差

休閒滿意度	平均數	標準差	題數
社會學習	3.489	0.614	4
生理健康	3.741	0.759	3
內心愉悅	4.085	0.665	3

二、受訪者在休閒滿意度的差異性分析

（一）不同性別在休閒滿意度之差異性

本研究以單因子多變量變異數分析（one-way MANOVA）考驗研究假設三，藉此了解不同性別的受訪者在休閒滿意度之差異情形，結果如表 4-37 所示。

表 4-37 不同性別在休閒滿意度之單因子多變量變異數分析摘要表

變異來源	df	SSCP	Wilk's λ
組間	1	.037	-.457
		-.271	2.006
		-.457	3.378
			5.690
			3.378
			.961**

** $p < .01$

由表 4-37 可以了解不同性別的受訪者在休閒滿意度上的差異情形達到顯著水準 (Wilk's $\lambda=.961$, $p<.01$)，表示男性與女性在休閒滿意度上有顯著差異存在，此結果接受研究假設三。

表 4-38 不同性別在休閒滿意度之單因子單變量變異數分析摘要表

因素名稱	SS	df	MS	F	P
社會學習	0.037	1	0.037	.097	.756
生理健康	2.006	1	2.006	3.493	.062
內心愉悅	5.690	1	5.690	13.219	***

*** $p<.001$

為了進一步驗證不同性別的受訪者在休閒滿意度差異情形，由表 4-38 中可以得知，不同性別受訪者在休閒滿意度中「內心愉悅」(F=13.219, $p<.001$) 因素達顯著水準，顯示女性獲得內心愉悅的滿意度明顯高於男性。而「社會學習」(F=.097, $p=.756$) 及「生理健康」(F=3.493, $p=.062$) 等兩方面未達顯著水準，顯示不同性別的都市公園參與者在社會學習及生理健康無顯著差異存在，顯示男性與女性對於公園活動的參與，在社會學習及生理健康上並無不同。

表 4-39 不同性別在休閒滿意度之平均數、標準差

性別	統計數	社會學習	生理健康	內心愉悅
男性 (n=214)	平均數	3.499	3.671	3.967
	標準差	0.630	0.765	0.725
女性 (n=233)	平均數	3.481	3.805	4.193
	標準差	0.601	0.751	0.585

(二) 不同年齡在休閒滿意度之差異性

本研究以單因子多變量變異數分析 (one-way MANOVA) 考驗研究假設三，藉此了解不同年齡的受訪者在休閒滿意度之差異情形，結果如表 4-40 所示。

表 4-40 不同年齡在休閒滿意度之單因子多變量變異數分析摘要表

變異來源	df	SSCP			Wilk's λ
組間	5	3.934	-1.702	3.779	
		-1.702	4.237	-.521	.920**
		3.779	-.521	6.114	

** $p < .01$

由表 4-40 可以了解不同年齡的受訪者在休閒滿意度的差異情形達到顯著水準 (Wilk's $\lambda = .920$, $p < .01$)，表示不同年齡層的參與者在休閒滿意度上有顯著差異存在，此結果支持研究假設三。

表 4-41 不同年齡在休閒滿意度之單因子單變量變異數分析摘要表

因素名稱	SS	df	MS	F	P	事後比較
社會學習	3.934	5	.787	2.110	.063	
生理健康	4.237	5	.847	1.475	.197	
內心愉悅	6.114	5	1.223	2.822	*	(6,5) > (2,1)

* $p < .05$

1 = 20 歲以下 2 = 20 至 29 歲 3 = 30 至 39 歲
 4 = 40 至 49 歲 5 = 50 至 59 歲 6 = 60 歲以上

為了進一步驗證不同年齡層的受訪者在休閒滿意度差異情形，由表 4-41 中可以得知，不同年齡層受訪者在休閒滿意

度中「內心愉悅」(F=2.822, p<.05)因素達顯著水準，經Duncan事後比較的結果，發現50歲以上的參與者在內心愉悅的滿意度明顯高於30歲以下的參與者。

就「社會學習」(F=2.110, p=.063)及「生理健康」(F=1.475, p=.197)而言，此兩方面的滿意度則未達顯著水準，顯示不同年齡層的都市公園參與者在社會學習及生理健康上無顯著差異存在，顯示不同年齡層對於公園活動的參與，在社會學習及生理健康上並無不同。

表 4-42 不同年齡在休閒滿意度之平均數、標準差

年齡	統計數	社會學習	生理健康	內心愉悅
20歲以下	平均數	3.390	3.693	3.853
(n=25)	標準差	0.608	0.799	0.888
21至30歲	平均數	3.318	3.752	3.914
(n=74)	標準差	0.497	0.515	0.662
31至40歲	平均數	3.492	3.840	4.144
(n=183)	標準差	0.636	0.776	0.580
41至50歲	平均數	3.562	3.680	4.048
(n=97)	標準差	0.597	0.896	0.728
51至60歲	平均數	3.643	3.581	4.248
(n=35)	標準差	0.710	0.658	0.654
60歲以上	平均數	3.561	3.556	4.253
(n=25)	標準差	0.625	0.734	0.651

(三) 不同居住地在休閒滿意度之差異性

本研究以單因子多變量變異數分析(one-way MANOVA)考驗研究假設三，藉此了解不同居住地的受訪者在休閒滿意

度之差異情形，結果如表 4-43 所示。

表 4-43 不同居住地在休閒滿意度之單因子多變量變異數分析摘要表

變異來源	df	SSCP			Wilk's λ
組間	2	.018	.026	-.215	
		.026	1.592	-.925	.970*
		-.215	-.925	2.880	

* $p < .05$

由表 4-43 可以了解不同居住地的受訪者在休閒滿意度的差異情形達到顯著水準（Wilk's $\lambda = .970$ ， $p < .05$ ），表示居住地在休閒滿意度上有顯著差異存在，此結果接受研究假設三。

表 4-44 不同居住地在休閒滿意度之單因子單變量變異數分析摘要表

因素名稱	SS	df	MS	F	P	事後比較
社會學習	0.01756	2	0.008782	0.023	.977	
生理健康	1.592	2	0.796	1.381	.252	
內心愉悅	2.880	2	1.440	3.290	*	3 > 1

* $p < .05$

1=臺中市 2=臺中縣 3=其他縣市

為了進一步驗證不同居住地的受訪者在休閒滿意度差異情形，由表 4-44 差異性分析結果中可以得知，不同居住地受訪者在休閒滿意度中「內心愉悅」（ $F = 3.290$ ， $p < .05$ ）因素達顯著水準，經 Duncan 事後比較的結果，發現其他縣市的參與者在內心愉悅的滿意度明顯高於臺中市的參與者。

就「社會學習」（ $F = .023$ ， $p = .977$ ）及「生理健康」

($F=1.381$, $p=.252$) 而言，此兩方面的滿意度未達顯著水準，顯示不同居住地對於公園活動的參與，在社會學習及生理健康上並無不同。

表 4-45 不同居住地在休閒滿意度之平均數、標準差

居住地	統計數	社會學習	生理健康	內心愉悅
臺中市 (n=317)	平均數	3.493	3.764	4.035
	標準差	0.613	0.749	0.659
臺中縣 (n=83)	平均數	3.485	3.618	4.185
	標準差	0.623	0.762	0.687
其他縣市 (n=47)	平均數	3.473	3.801	4.248
	標準差	0.624	0.821	0.635

(四) 不同活動次數在休閒滿意度之差異性

本研究以單因子多變量變異數分析 (one-way MANOVA) 考驗研究假設三，藉此了解不同活動次數的受訪者在休閒滿意度之差異情形，結果如表 4-46 所示。

表 4-46 不同活動次數在休閒滿意度之單因子多變量變異數分析摘要表

變異來源	df	SSCP	Wilk's λ		
組間	4	7.274	1.234	.848	
		1.234	10.224	-3.293	.885***
		.848	-3.293	1.615	

*** $p<.001$

由表 4-46 可以了解不同活動次數的受訪者在休閒滿意度上的差異情形達到顯著水準 (Wilk's $\lambda=.885$, $p<.001$)，表

示不同活動次數的參與者在休閒滿意度上有顯著差異存在，此結果支持研究假設三。

表 4-47 不同活動次數在休閒滿意度之單因子單變量變異數分析摘要表

因素名稱	SS	df	MS	F	P	事後比較
社會學習	7.27	4	1.819	4.989	***	1>4
生理健康	10.22	4	2.556	4.569	***	2>(3,5)
內心愉悅	1.61	4	0.404	0.912	.457	

*** $p < .001$

1 = 每週三四次以上 2 = 每週一、二次 3 = 一個月一、二次
4 = 偶爾來一次 5 = 只來過一、二次

為了進一步驗證不同活動次數的受訪者在休閒滿意度差異情形，由表 4-47 差異性分析結果中可以得知，不同活動次數的受訪者在休閒滿意度各因素「社會學習」（ $F=4.989$ ， $p < .001$ ）、「生理健康」（ $F=4.569$ ， $p < .001$ ）的差異皆達到顯著水準，顯示不同活動次數的受訪者在「社會學習」、「生理健康」二方面都有顯著差異存在，經 Duncan 事後比較的結果，發現社會學習以每週來三、四次以上的參與者高於偶爾來一次；對於生理健康則是每週來一、二次高於一個月來一、二次及只來過一、二次的參與者。

在「內心愉悅」（ $F=.912$ ， $p=.457$ ）因素的差異未達顯著水準，顯示不同活動次數的參與者，在內心愉悅滿意度上並無不同。

表 4-48 不同活動次數在休閒滿意度之平均數、標準差

活動次數	統計數	社會學習	生理健康	內心愉悅
每週三、四次以上	平均數	3.682	3.754	4.151
(n=84)	標準差	0.687	0.886	0.772
每週一、二次	平均數	3.571	3.874	4.020
(n=119)	標準差	0.520	0.767	0.631
一個月一、二次	平均數	3.410	3.605	4.129
(n=103)	標準差	0.525	0.599	0.602
偶爾來一次	平均數	3.328	3.848	4.032
(n=103)	標準差	0.701	0.648	0.656
只來過一、二次	平均數	3.461	3.377	4.167
(n=38)	標準差	0.565	0.950	0.705

本研究以單因子多變量變異數分析 (one-way MANOVA) 考驗研究假設三，藉此了解不同活動類型的受訪者在休閒滿意度之差異情形，結果如表 4-49 所示。

表 4-49 不同活動類型在休閒滿意度之單因子多變量變異數分析摘要表

變異來源	df	SSCP	Wilk's λ
組間	4	9.470	15.609
		-2.096	5.676
		15.609	53.310
		-2.096	5.676
			9.732
			9.732

***p<.001

由表 4-49 可以了解不同活動類型的受訪者在休閒阻礙上的差異情形達到顯著水準 (Wilk's λ = .687, p < .001)，表示不同活動類型的參與者在休閒滿意度上有顯著差異存在，此

結果支持研究假設三。

表 4-50 不同活動類型在休閒滿意度之單因子單變量變異數分析摘要表

因素名稱	SS	df	MS	F	P	事後比較
社會學習	9.470	4	2.367	6.584	***	1>4
生理健康	53.310	4	13.328	28.848	***	(1,5)>3>2>4
內心愉悅	9.732	4	2.433	5.736	***	5>(1,2)

*** $p < .001$

1=體能性活動 2=遊樂性活動 3=隨意性活動

4=藝文性活動 5=其它

為了進一步驗證不同活動類型的受訪者在休閒滿意度差異情形，由表 4-50 差異性分析結果中可以得知，不同活動類型的受訪者在休閒滿意度各因素「社會學習」（ $F=6.584$ ， $p < .001$ ）、「生理健康」（ $F=28.848$ ， $p < .001$ ）、「內心愉悅」（ $F=5.736$ ， $p < .001$ ）的差異皆達到顯著水準，顯示不同活動類型的受訪者在「社會學習」、「生理健康」、「內心愉悅」三方面都有顯著差異存在，經 Duncan 事後比較的結果，發現「社會學習」滿意度方面以從事體育性活動者高於藝文性活動者；就「生理健康」滿意度方面以從事體能性活動者、其它類型活動最高，其次是從事隨意性活動者，再者是從事遊樂性活動者，滿意度最小的是從事藝文性活動者；就「內心愉悅」滿意度方面以從事其它類型活動者高於體能性活動者及遊樂性活動者。

表 4-51 不同活動類型在休閒滿意度之平均數、標準差

活動類型	統計數	社會學習	生理健康	內心愉悅
體能性活動	平均數	3.817	4.197	3.977
(n=71)	標準差	0.498	0.784	0.633
遊樂性活動	平均數	3.423	3.417	3.763
(n=52)	標準差	0.676	0.679	0.733
隨意性活動	平均數	3.419	3.727	4.136
(n=245)	標準差	0.576	0.642	0.648
藝文性活動	平均數	3.360	2.667	4.067
(n=25)	標準差	0.490	0.739	0.561
其它	平均數	3.500	4.019	4.315
(n=54)	標準差	0.772	0.674	0.642

第五節 休閒行為與休閒利益之徑路分析

本研究假設休閒動機會影響休閒阻礙、休閒滿意度與休閒利益；休閒阻礙會影響休閒滿意度及休閒利益；而休閒滿意度會影響休閒利益，藉由徑路分析瞭解休閒行為與休閒利益間的因果關係。研究的分析徑路圖如圖 4-1 所示。

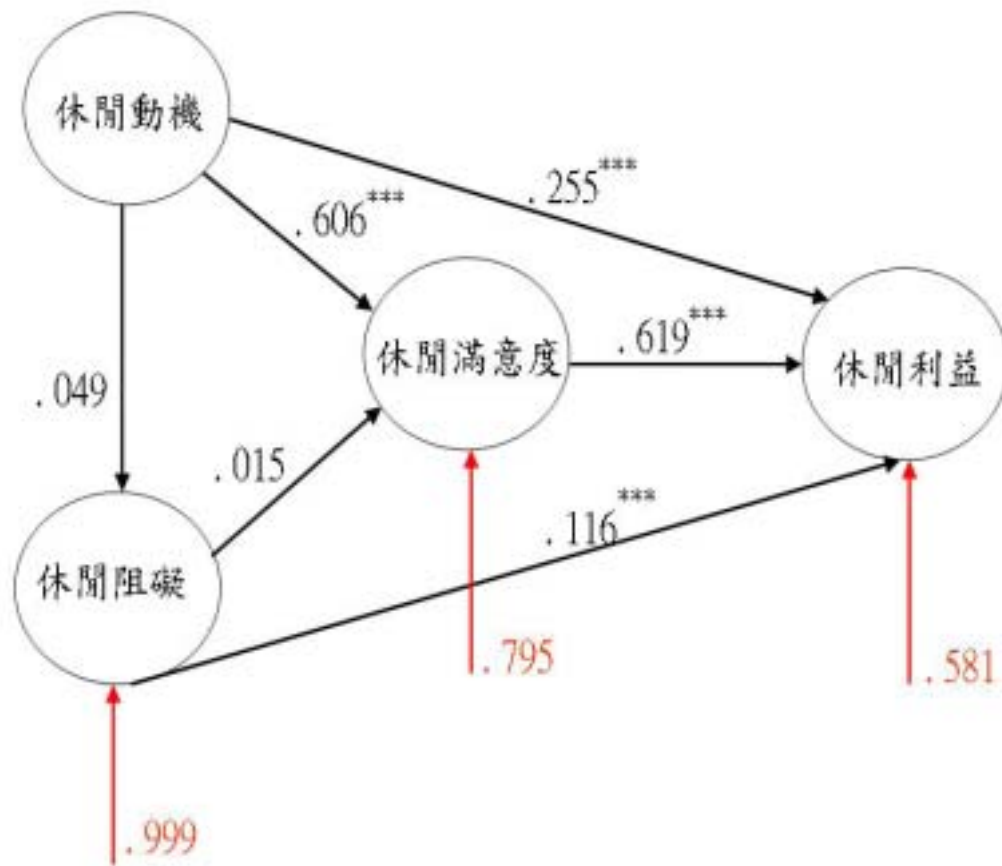


圖 4-1 本研究之徑路分析

本研究休閒行為與休閒利益間的因果關係影響路徑共有六條分別是（一）休閒動機對休閒利益的影響路徑有三條：一為休閒動機直接影響休閒利益，此條路徑為直接效果；二為休閒動機透過休閒滿意度為中介變項而影響休閒利益，此條路徑為間接效果；三為休閒動機影響休閒阻礙再影響休閒利益，此條路徑為間接效果。（二）休閒阻礙對休閒利益的影響路徑有二條：一為休閒阻礙直接影響休閒利益，此條路徑為直接效果；二為休閒阻礙透過休閒滿意度為中介變項而影響休閒利益，此條路徑為間接效果。（三）休閒滿意度直接影響休閒利益，此條路徑為直接效果。

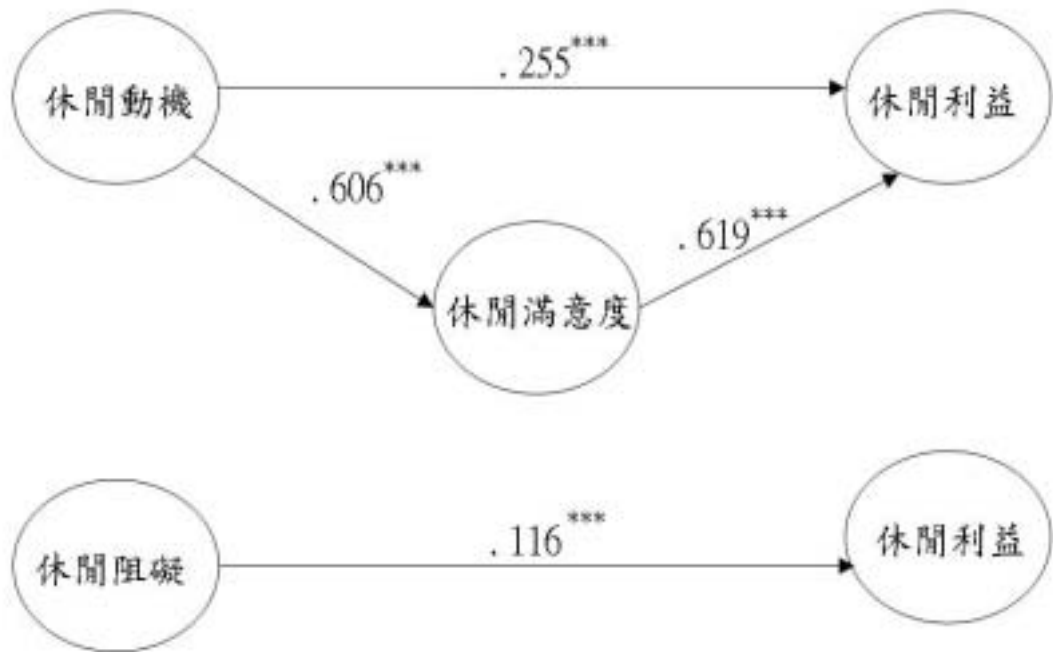


圖 4-2 本研究顯著之徑路分析

由圖 4-2 本研究顯著徑路分析圖的係數可以得知：在參與者的休閒利益影響的路徑中，有四條顯著路徑，第一條路徑為休閒動機→休閒利益；第二條路徑為休閒動機→休閒滿意度→休閒利益；第三路徑為休閒滿意度→休閒利益；第四條路徑為休閒阻礙→休閒利益。對參與者休閒利益的影響中，休閒滿意度為一個「中介變項」。

休閒動機對休閒利益變項可直接顯著影響，也可經由休閒滿意度間接影響休閒利益；而休閒滿意度直接顯著影響到休閒利益；最後關於休閒阻礙對休閒利益也是直接顯著影響，其總效果如表 4-52 所列。

表 4-52 本徑路分析之總效果

變項		休閒利益
休閒動機	直接效果	.255
	間接效果	.375
	總效果	.630
休閒阻礙	直接效果	.116
	總效果	.116
休閒滿意度	直接效果	.619
	總效果	.619

第六節 休閒動機對休閒滿意度之影響

本節主要是探討不同休閒動機的受訪者在休閒滿意度的差異情形，依本研究之需要將樣本分成高、低兩組動機，進行差異性檢定。

一、不同休閒動機在休閒滿意度之差異性

本研究以單因子多變量變異數分析 (one-way MANOVA) 考驗研究假設四，藉此了解休閒動機與休閒滿意度之差異情形，結果如表 4-53 所示。

表 4-53 不同休閒動機與休閒滿意度之單因子多變量變異數分析摘要表

變異來源	df	SSCP		Wilk's λ
組間	1	36.767	44.410	25.873
		44.410	53.642	31.251
		25.873	31.251	18.206

*** $p < .001$

由表 4-53 可以了解休閒動機與休閒滿意度的差異情形達到顯著水準 (Wilk's $\lambda = .684$, $p < .001$)，表示休閒動機對休閒滿意度上有顯著差異存在，此結果接受研究假設四。

表 4-54 不同休閒動機與休閒滿意度之單因子單變量變異數分析摘要表

因素名稱	SS	df	MS	F	P
社會學習	36.767	1	36.767	124.309	***
生理健康	53.642	1	53.642	117.085	***
內心愉悅	18.206	1	18.206	45.259	***

*** $p < .001$

為了進一步驗證不同休閒動機的受訪者在休閒滿意度差異情形，由表 4-54 中可以得知，休閒動機在休閒滿意度各因素「社會學習」(F=124.309, $p < .001$)、「生理健康」(F=117.085, $p < .001$)及「內心愉悅」(F=45.259, $p < .001$)的差異皆達到顯著水準，顯示不同動機群的受訪者在「社會學習」、「生理健康」、「內心愉悅」三方面都有顯著差異存在，而低動機群的「社會學習」滿意度低於高動機群「社會學習」滿意度；低動機群的「生理健康」滿意度低於高動機群「生理健康」滿意度；低動機群的「內心愉悅」滿意度低於高動機群「內心愉悅」滿意度。

表 4-55 受試者的休閒動機與休閒滿意度之平均數、標準差

休閒滿意度	動機群	平均數	標準差
社會學習	低動機群	3.159	0.604
	高動機群	3.738	0.494
	總和	3.489	0.614
生理健康	低動機群	3.342	0.683
	高動機群	4.042	0.672
	總和	3.741	0.760
內心愉悅	低動機群	3.852	0.718
	高動機群	4.260	0.563
	總和	4.085	0.665

第七節 休閒動機與休閒利益之關係

本節主要是探討休閒動機與休閒利益間兩個變項是否有顯著典型相關，研究中的控制變項為「休閒動機」的知性需求、歸屬感需求、個體身心需求，效標變項為「休閒利益」的自我肯定、身心健康，以找出這兩組變項間的關係。

表 4-56 休閒動機與休閒利益之典型相關分析摘要表

控制變項 (X 變項)	典型因素 (Kai)		效標變項 (Y 變項)	典型因素 (Eta)	
	χ_1	χ_2		η_1	η_2
知性需求	.772	-.328	自我肯定	.980	-.201
歸屬感需求	.772	-.454	身心健康	.596	.803
個體身心需求	.759	.560			
抽出變異 數百分比	58.9	20.8	抽出變異 數百分比	65.7	34.2
重疊 (%)	27.3	0.7	重疊 (%)	30.4	1.2
			ρ^2	.463	.038
			ρ (典型相關係數)	.680***	.194***

*** $p < .001$

由表 4-56 休閒動機與休閒利益之典型相關分析摘要表，可以發現：

一、二個典型因素之相關係數皆達 .05 以上的顯著水準，分別是第一典型相關係數 $\rho_1 = 0.680$ ($p < 0.001$) 與第二典型相關係數 $\rho_2 = 0.194$ ($p < 0.001$)。所以，三個控制變項知性需求、歸屬感需求、個體身心需求，主要透過二個典型因素影響效標變項。

二、知性需求、歸屬感需求、個體身心需求與第一典型因素 (χ_1) 之相關結構係數分別為 0.772、0.772、0.759，可見此三個控制變項與效標變項間有高度正相關存在。第一典型因素 (η_1) 與二個效標變項自我肯定、身心健康之相關結構係數分別為 0.980、0.596，從重疊量來看，知性需求、歸屬感需求、個體身心需求透過第一典型因素 (χ_1) 可以有效解釋效標

變項的第一個典型因素(η_1)的總變異量為 30.4%。

三、知性需求、歸屬感需求、個體身心需求與第二典型因素(χ_2)之相關結構係數分別為 -0.328、-0.454、0.560，可見此三個控制變項與效標變項間僅呈現中低度的相關存在，而第二典型因素(η_2)與二個效標變項自我肯定、身心健康之相關結構係數分別為 -0.201、0.803。從重疊量來看，知性需求、歸屬感需求及個體身心需求透過第二典型因素(χ_2)可以有效解釋效標變項的第二個典型因素(η_2)的總變異量為 1.2%。休閒動機與休閒利益之典型相關徑路圖，如圖 4-3 所示。

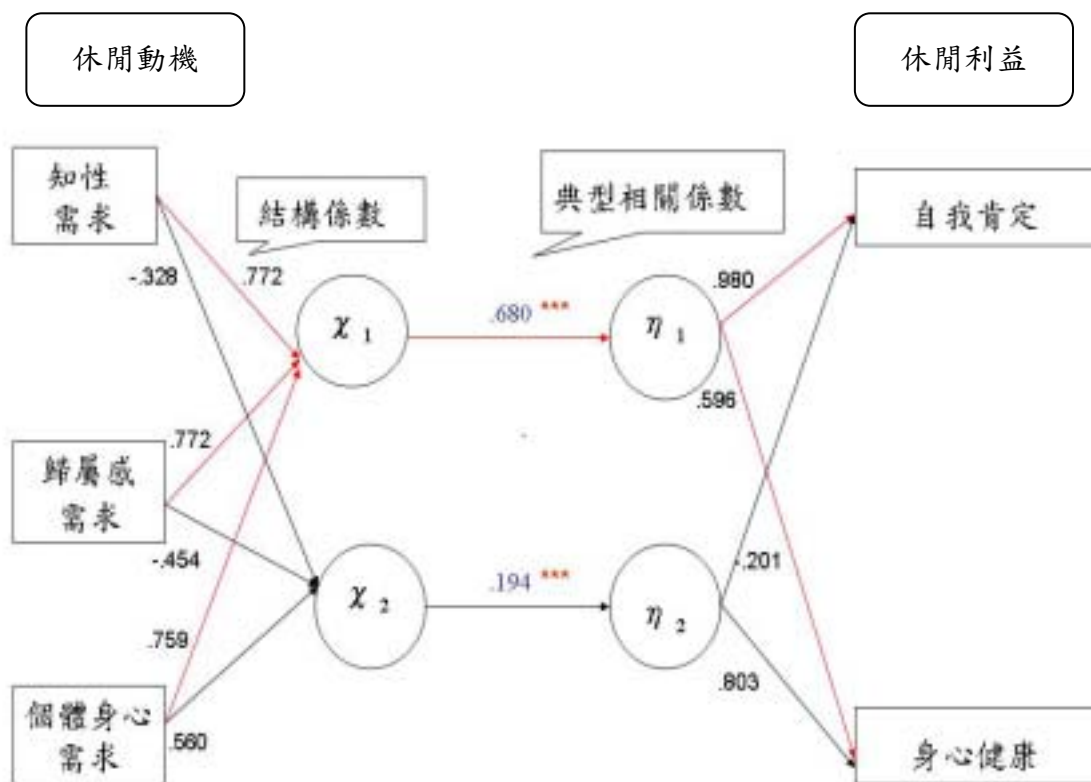


圖 4-3：休閒動機與休閒利益之典型相關徑路圖

第八節 休閒阻礙與休閒利益之關係

本節主要是探討休閒阻礙與休閒利益間兩個變項是否有顯著典型相關，研究中的控制變項為「休閒阻礙」的設施環境阻礙、個體外在阻礙、個體內在阻礙三個層面，效標變項為「休閒利益」的自我肯定、身心健康兩個層面，以找出這兩組變項間的關係。

表 4-57 休閒阻礙與休閒利益之典型相關分析摘要表

控制變項 (X 變項)	典型因素 (Kai) λ_i	效標變項 (Y 變項)	典型因素 (Eta) η_i
設施環境阻礙	.809	自我肯定	.034
個體外在阻礙	-.221	身心健康	.920
個體內在阻礙	.409		
抽出變異數百分比	29.0	抽出變異數百分比	42.3
重疊 (%)	3.6	重疊 (%)	5.3
		ρ^2	.126
		ρ (典型相關係數)	.355***

*** $p < .001$

由表 4-57 休閒阻礙與休閒利益之典型相關分析摘要表，可以發現：

一、兩個典型因素只有一個典型相關係數達 .05 以上的顯著水準，其典型相關係數 $\rho_1 = 0.355$ ($p < 0.001$)。所以，三個控制變項設施環境阻礙、個體外在阻礙、個體內在阻礙，僅透

過一個典型因素影響效標變項。

二、設施環境阻礙、個體外在阻礙、個體內在阻礙與典型因素(χ_1)之相關結構係數分別為 0.809、-0.221、0.409，可見設施環境阻礙與效標變項間呈現高度的相關存在，而個體外在阻礙、個體內在阻礙與效標變項間僅呈現低度的相關存在。第一典型因素(η_1)與兩個效標變項自我肯定、身心健康之相關結構係數分別為 0.034、0.920，從重疊量來看，設施環境阻礙透過典型因素(χ_1)可以有效解釋效標變項典型因素(η_1)的總變異量為 5.3%。休閒阻礙與休閒利益之典型相關徑路圖，如圖 4-4 所示。

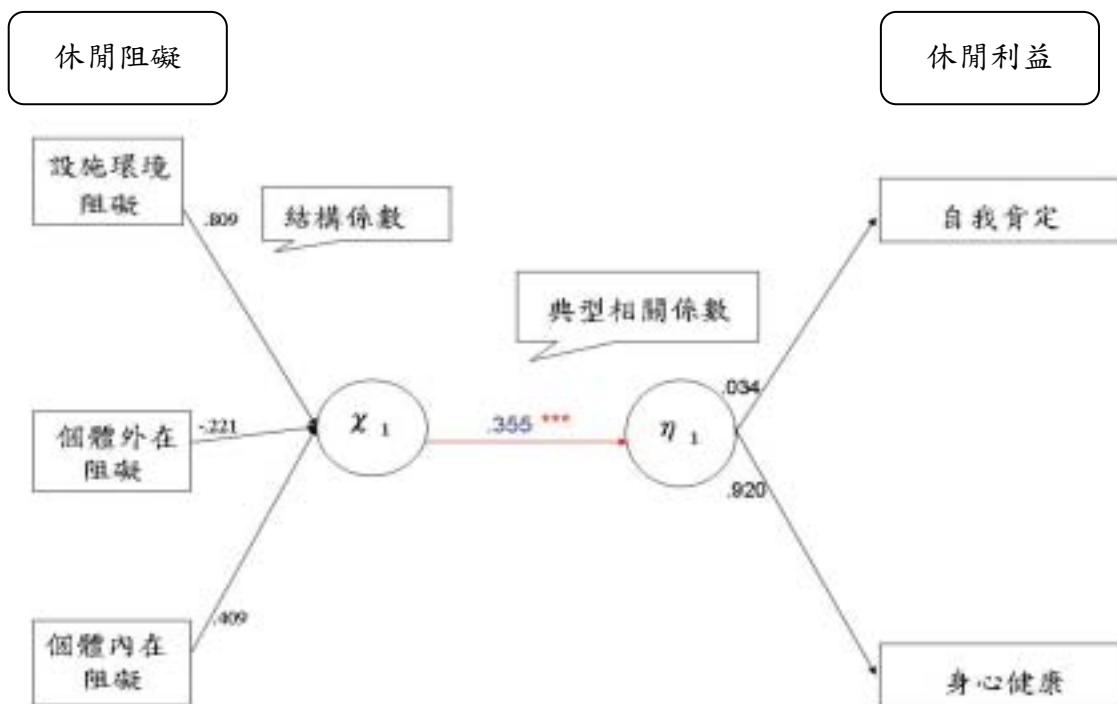


圖 4-4：休閒阻礙與休閒利益之典型相關徑路圖

第九節 休閒滿意度與休閒利益之關係

本節主要是探討休閒滿意度與休閒利益間兩個變項是否有顯著典型相關，研究中的控制變項為「休閒滿意度」的社會學習、生理健康、內心愉悅三個層面，效標變項為「休閒利益」的自我肯定、身心健康兩個層面，以找出這兩組變項間的關係。

表 4-58 休閒滿意度與休閒利益之典型相關分析摘要表

控制變項 (X 變項)	典型因素 (Kai)		效標變項 (Y 變項)	典型因素 (Eta)	
	χ_1	χ_2		η_1	η_2
社會學習	.791	-.559	自我肯定	.810	-.586
生理健康	.622	-.102	身心健康	.874	.486
內心愉悅	.840	.534			
抽出變異	36.2	7.4	抽出變異	70.9	29
數百分比	57.2	20.2	數百分比	44.8	10.6
重疊 (%)			重疊 (%)		
			ρ^2	.632	.367
			ρ (典型相關係數)	.795***	.606***

*** $p < .001$

由表 4-58 休閒滿意度與休閒利益之典型相關分析摘要表，可以發現：

一、兩個典型因素之相關係數皆達 .05 以上的顯著水準，分別是第一典型相關係數 $\rho_1 = 0.795$ ($p < 0.001$) 與第二典型相關

係數 $\rho_2=0.606$ ($p<0.001$)。所以，三個控制變項社會學習、生理健康、內心愉悅，主要透過二個典型因素影響效標變項。二、社會學習、生理健康、內心愉悅與第一典型因素(χ_1)之相關結構係數分別為 0.791、0.622、0.840，可見此三個控制變項與效標變項間有中高度正相關存在，尤以內心愉悅的相關性最高。第一典型因素(η_1)與二個效標變項自我肯定、身心健康之相關結構係數分別為 0.810、0.874。從重疊量來看，內心愉悅透過第一典型因素(χ_1)可以有效解釋效標變項的第一個典型因素(η_1)的總變異量為 44.8%。

三、社會學習、生理健康、內心愉悅與第二典型因素(χ_2)之相關結構係數分別為 -0.559、-0.102、0.534，可見此三個控制變項中的社會學習、內心愉悅與效標變項間有中度相關存在，而生理健康幾乎無關係存在。第二典型因素(η_2)與二個效標變項自我肯定、身心健康之相關結構係數分別為 -0.586、0.486。從重疊量來看，社會學習、內心愉悅第二典型因素(χ_2)可以有效解釋效標變項的第二個典型因素(η_2)的總變異量為 10.6%，

四、兩個典型因素的總解釋變異量為 55.4%，以第一個典型相關的重疊量較大，可說明內心愉悅控制變項主要是藉由第一典型因素影響兩個效標變項。休閒滿意度與休閒利益之典型相關徑路圖，如圖 4-5 所示。

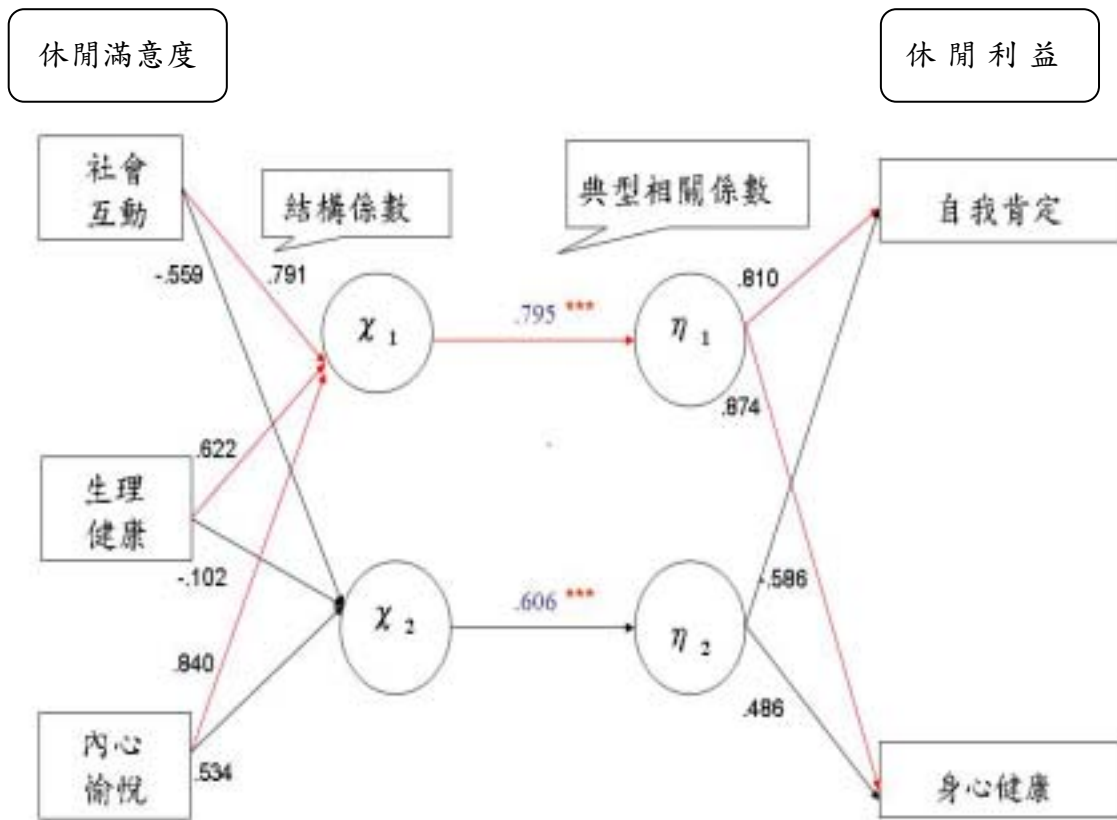


圖 4-5：休閒滿意度與休閒利益之典型相關徑路圖

第十節 討論

本節主要將之前的分析結果探討休閒動機、休閒阻礙、休閒滿意度與休閒利益之間關係。全部分為三部分，先對不同社經背景變項的受訪者在休閒動機、休閒阻礙及休閒滿意度做差異性分析，再者探討休閒動機與休閒滿意度之關係，最後探討休閒動機、休閒阻礙及休閒滿意度三者與休閒利益相關性，其結果分述如下：

一、不同社經背景變項在休閒動機之各層面分析

(一) 不同性別受訪者在休閒動機之差異比較

本研究分析結果顯示，不同性別的受訪者在休閒動機上的差異情形未達到顯著水準，表示不同性別的受訪者在休閒動機上無顯著差異存在，顯示兩性在休閒參與的動機上其機會趨於平等及女性運動的意願增加，使得不同性別的受訪者在休閒動機因素上沒有顯著差異存在，此結果支持余幸秀（2005）。

(二) 不同年齡受訪者在休閒動機之差異比較

本研究分析結果顯示，不同年齡的受訪者在休閒動機上的差異情形達到顯著水準，尤其在「知性需求」、「個體身心」兩方面有顯著差異存在，進一步進行Duncan事後比較發現青、壯年人在知性需求、個體身心的休閒動機都比其他年齡層高，可能是青、壯年人希望藉由參與休閒活動增加身旁事務瞭解、激發想像力及創造力、解除工作上的壓力與緊張，比起其他年齡層都來得重視。

(三) 不同居住地受訪者在休閒動機之差異比較

本研究分析結果顯示，不同居住地的受訪者在休閒動機上的差異情形未達到顯著水準，表示不同居住地的受訪者在休閒動機上無顯著差異存在，可能是豐樂公園位在都市內可及性較高，除了附近居民使用外，也吸引其他地區都市居民前往活動，不受居住地而影響影響其參與動機。

(四) 不同活動次數受訪者在休閒動機之差異比較

本研究分析結果顯示，不同活動次數的受訪者在休閒動機上的差異情形達到顯著水準，尤其在「知性需求」、「歸屬感」兩方面有顯著差異存在，進一步進行Duncan事後比較發現每週有固定到公園活動者隨著其參與頻率愈高，在「知

性需求」的參與動機也愈高，就本研究結果有必要注意此類參與者；對於歸屬感的需求動機而言，有固定到公園活動者隨著其參與頻率愈高，在「歸屬感需求」的參與動機也愈高，可能是固定次數活動者其動機以「歸屬感」為主，可以認識新朋友、建立友誼或歸屬於某一個團體有固定運動的時間，這些對於固定到公園活動者屬於重要需求。

(五) 不同活動類型受訪者在休閒動機之差異比較

本研究分析結果顯示，不同活動類型的受訪者在休閒動機上的差異情形達到顯著水準，尤其在「歸屬感」、「個體身心」兩方面有顯著差異存在，進一步進行Duncan事後比較發現從事體能性活動者，對於「歸屬感」需求動機較其他活動者高，可能是體能性活動大都是團體活動，如：打羽球、國術、直排輪、體操；對於「個體身心」方面，從事體能性活動參與者明顯高於其他類型的活動者，表示多數人希望藉由體能性活動以培養身體適應力、達到放鬆心情的需求動機較強烈。

二、不同社經背景變項在休閒阻礙之各層面分析

(一) 不同性別受訪者在休閒阻礙之差異比較

本研究分析結果顯示，不同性別的受訪者在休閒阻礙上的差異情形未達到顯著水準，表示兩性參與者在休閒阻礙上無顯著差異存在，可能因現今多為雙薪家庭，且假日休閒活動的參與多為家人一起行動，使得兩性對於休閒阻礙克服情形持相同的看法，此與Henderson and Bialeschki (1991)提出的女性以工作及家庭照顧優於休閒的安排有不同的認知看法，但支持王小文、林晏州 (1998) 看法。

(二) 不同年齡受訪者在休閒阻礙之差異比較

本研究分析結果顯示，不同年齡的受訪者在休閒阻礙上的差異情形達到顯著水準，尤其在「設施環境」、「個體內在」兩方面有顯著差異存在，進一步進行Duncan事後比較發現60歲以上的參與者在「設施環境」阻礙上明顯高於其他年齡層的參與者，可能是公園設施沒有足夠的安全性給老年人使用或是老年人對附近治安沒有安全感以致造成參與阻礙；對於「個體內在」阻礙而言，50歲以下的青、壯年人及青年人阻礙較高，此結果不同於王小文、林晏州（1998）研究結果。主要原因可能是本研究的豐樂公園本身有引進商業活動遊樂設施及攤位設置佔據的空間過多導致老年人的阻礙因素較高；而參與者中的青、壯年可能因工作、家庭及經濟多方壓力下，導致在個體內在的阻礙比較高。

（三）不同居住地受訪者在休閒阻礙之差異比較

本研究分析結果顯示，不同居住地的受訪者在休閒阻礙上的差異情形達到顯著水準，尤其在「設施環境」、「個體內在」兩方面有顯著差異存在，進一步進行Duncan事後比較發現臺中市以外的參與者在「設施環境」阻礙上明顯較高，可能是距離較遠造成往返交通問題或是到達時發現人潮太多，影響參與品質，此又造成另一種阻礙；對於「個體內在」阻礙而言，其他縣市的參與者也是較高，可能因場地的不熟悉或同行夥伴的影響個人參與運動而形成阻礙。

（四）不同活動次數受訪者在休閒阻礙之差異比較

本研究分析結果顯示，不同活動次數的受訪者在休閒阻礙上的差異情形達到顯著水準，休閒阻礙三層面「設施環境」、「個體外在」、「個體內在」都有顯著差異存在，進一步進行Duncan事後比較發現「設施環境」阻礙上，參與次

數較少者其阻礙較高，可能是對公園設施環境的不熟悉、公共休閒設施的缺乏或設施品質的不信任感較高，使得阻礙的影響程度也較高；對於「個體外在」阻礙也是參與次數少者其阻礙較高，也就是說常運動者較少因為工作關係、身體狀況的不適情形或年齡增長與否而阻礙其活動次數；對於「個體內在」阻礙方面，還是以參與次數少者其阻礙較高，而常來活動者很少因為家人的過度影響或本身個性的內向、害羞而不好意思去公園活動。

（五）不同活動類型受訪者在休閒阻礙之差異比較

本研究分析結果顯示，不同活動類型的受訪者在休閒阻礙上的差異情形達到顯著水準，且休閒阻礙三層面「設施環境」、「個體外在」、「個體內在」都有顯著差異存在，進一步進行 Duncan 事後比較發現「設施環境」阻礙以從事體能性活動者其阻礙較低，可能是公園的開放空間對於體能的活動者提供寬廣的活動場所；「個體外在」阻礙也是以從事體能性活動者其阻礙較低，可能是體能性活動常是持續而規律地進行，很少受其他外在因素影響，阻礙因素因而降低；對於「個體內在」阻礙也是以從事體能性活動者的阻礙較低，可能是運動是從事個人有興趣的事，很少受到別人影響，因為一個人也可以運動，不必受別人眼光而限制個人活動，因此阻礙最低。

三、不同社經背景變項在休閒滿意度之各層面分析

（一）不同性別受訪者在休閒滿意度之差異比較

本研究分析結果顯示，不同性別的受訪者在休閒滿意度上的差異情形達到顯著水準，尤其在「內心愉悅」因素上，女性獲得的滿意度明顯高於男性，可能是女性擺脫家庭照顧

、工作的壓力等因素更能體會休閒帶來的愉悅心情，而感受程度高於男性。

(二) 不同年齡受訪者在休閒滿意度之差異比較

本研究分析結果顯示，不同年齡的受訪者在休閒滿意度的差異情形達到顯著水準，尤其在「內心愉悅」因素上有顯著差異存在，進一步進行Duncan事後比較發現老年人對於休閒能帶來更大興趣及保持心情愉快的認知程度明顯高於年輕人，此結果支持侯錦雄、姚靜婉（1998）的研究。推論可能是退休的老人從事休閒活動其心態上與年輕人藉由休閒減少工作上的苦悶與壓力有著不一樣的心情，此結果支持謝政諭（1989）適當的休閒活動可以使老人的身心愉快，發現生命週遭的美與樂趣；此結果支持余幸秀（2005）研究。

(三) 不同居住地受訪者在休閒滿意度之差異比較

本研究分析結果顯示，不同居住地的受訪者在休閒滿意度的差異情形達到顯著水準，尤其在「內心愉悅」因素上有顯著差異存在，進一步進行Duncan事後比較發現臺中市的滿意度較低，表示距都市公園愈遠者，其體驗的內心愉悅程度愈高。此結果與胡淑雲（1988）的研究相似，認為都市公園的參與者並非全遵守最小距離原則，當市民認為距離較近的公園無法滿足其需求，居民就會前往距住家較遠的公園以滿足休閒需求；此結果也支持郭滿州（2003）研究。

(四) 不同活動次數受訪者在休閒滿意度之差異比較

本研究分析結果顯示，不同活動次數的受訪者在休閒滿意度上的差異情形達到顯著水準，尤其在「社會互動」、「生理健康」有顯著差異存在，進一步進行Duncan事後比較的結果，發現每週有固定在公園活動者，在社會互動及生理健康

的滿意度上都有較高情形，此結果支持侯錦雄、姚靜婉（1998）。

（五）不同活動類型受訪者在休閒滿意度之差異比較

本研究分析結果顯示，不同活動類型的受訪者在休閒滿意度三層面「社會互動」、「生理健康」、「內心愉悅」都有顯著差異存在，進一步進行 Duncan 事後比較發現在「社會互動」及「生理健康」上都是以從事動態的體能活動者其滿意度高於從事靜態的藝文活動者，在「內心愉悅」方面以從事其它類型活動者高於體能性活動者及遊樂性活動者，而本研究中的其它類型活動者包括體能、遊樂、隨意、及藝文等活動選項，表示從事多樣性的活動更有助於達到內心層面的愉悅。由本研究得知多數參與者藉由從事與體能相關的活動能獲得較高滿意度。

四、休閒動機與休閒滿意度之關聯性分析

本研究分析結果顯示，休閒動機與休閒滿意度的差異情形達到顯著水準，而不同動機群的受訪者在「社會互動」、「生理健康」、「內心愉悅」三因素上都有顯著差異存在，進一步進行 Duncan 事後比較發現低動機群者在此三因素的滿意度皆低於高動機群者的滿意度。換句話說，參與休閒活動中凡保持高動機者，其獲得的休閒滿意度也較高，即休閒動機與滿意度有密切相關性，此結果支持張佩娟（2003）、余幸秀（2005）、莊香蘭（2004）、許玢妃（1997）、傅建三（2005）的研究。

五、休閒動機與休閒利益之典型相關分析

本研究的分析以「休閒動機」的知性需求、歸屬感需求、個體身心需求為控制變項，「休閒利益」的自我肯定、身心

健康為效標變項，而由結果得知，休閒動機的四個控制變項知性需求、歸屬感需求及個體身心需求與第一典型因素(χ_1)之相關結構係數高低次序分別為 0.772、0.772、0.759，可見此三個控制變項與效標變項間有高度正相關存在。第一典型因素(η_1)與兩個效標變項自我肯定、身心健康之相關結構係數分別為 0.980、0.596，從重疊量來看，知性需求、歸屬感需求、個體身心需求透過第一典型因素(χ_1)可以有效解釋效標變項的第一個典型因素(η_1)的總變異量為 30.4%。顯示休閒動機的三個控制變項與效標變項的自我肯定有密切的關係存在。意即休閒動機愈強烈，自我肯定利益愈高。

休閒動機的三個控制變項中與第二典型因素(χ_2)之相關結構係數較高者為個體身心需求，其數值為 0.560。而第二典型因素(η_2)與兩個效標變項中結構係數較高者為身心健康，其數值為 0.803。從重疊量來看，控制變項透過第二典型因素(χ_2)可以有效解釋效標變項的第二個典型因素(η_2)的總變異量為 1.2%。顯示個體身心需求與身心健康間有中低度相關存在。

可見兩個典型因素的總解釋變異量以第一個典型相關的重疊量較大，可說明三個控制變項主要是藉由第一典型因素影響兩個效標變項，且休閒動機愈強，愈有較高的休閒利益產生。

六、休閒阻礙與休閒利益之典型相關分析

本研究分析以「休閒阻礙」的設施環境阻礙、個體外在阻礙、個體內在阻礙為控制變項，「休閒利益」的自我肯定、身心健康為效標變項，而由結果得知，只呈現一個典型相關，其數值為 0.355，三個控制變項與第一典型因素(χ_1)

之相關結構係數較高者為設施環境阻礙，其數值為0.809。而第一典型因素(η_1)與兩個效標變項中結構係數較高者為身心健康，其數值為0.920。從重疊量來看，控制變項透過第一典型因素的總解釋變異量為5.3%，顯示設施環境阻礙與身心健康間有高度相關存在，意即要獲得身心健康的利益必須從改善設施環境先著手。

從重疊量來看，休閒阻礙與休閒利益間相關性不夠高，此結果與陳珠淑(2005)的研究相似。

七、休閒滿意度與休閒利益之典型相關分析

本研究的分析以「休閒滿意度」的社會互動、生理健康、內心愉悅為控制變項，「休閒利益」的自我肯定、身心健康為效標變項，而由結果得知，而由結果得知，休閒滿意度的三個控制變項內心愉悅、社會互動及生理健康與第一典型因素(χ_1)之相關結構係數高低次序分別為0.840、0.791、0.622，可見此三個控制變項與效標變項間有高度正相關存在。第一典型因素(η_1)與兩個效標變項身心健康、自我肯定之相關結構係數分別為0.874、0.810，從重疊量來看，內心愉悅、社會互動及生理健康透過第一典型因素(χ_1)可以有效解釋效標變項的第一個典型因素(η_1)的總變異量為44.8%。顯示休閒滿意度控制變項中的社會互動與效標變項的自我肯定有密切的關係存在。意即社會互動滿意度愈高，自我肯定利益愈高。

休閒滿意度的三個控制變項中與第二典型因素(χ_2)之相關結構係數較高者為社會互動及內心愉悅，其數值分別為-0.559及0.534。而第二典型因素(η_2)與兩個效標變項中結

構係數較高者為身心健康，其數值為 0.803。從重疊量來看，控制變項透過第二典型因素(χ_2)可以有效解釋效標變項的第二個典型因素(η_2)的總變異量為 10.6%。顯示休閒滿意度控制變項中的內心愉悅與效標變項的身心健康有中度關係存在。意即內心愉悅滿意度愈高，自我肯定利益愈高。

由以上敘述，兩個典型因素的總解釋變異量以第一個典型相關的重疊量較大，且全部的總解釋變異量達 55.4%，可見休閒滿意度愈高，休閒利益也愈高。此研究結果與蘇睦敦(2002)、邱秀玲(2003)及羅明葵(2001)的研究相似。

第五章 結論與建議

本章旨在將四章的分析結果，經探討後將將研究結果歸納成結論；全章共分成三節說明：第一節結論；第二節研究應用；第三節研究建議。

第一節 結論

一、個人基本資料部分

(一) 不同社經背景變項特性

由本研究結果顯示，不同社經背景變項的受訪者就性別而言，女性的參與者略多於男性；在年齡層的分佈上以30至39歲居多，佔40.9%；職業別分佈上以工商服務者居多，佔34.2%；家庭月收入分佈上以60001~80000元者略多，居住地分佈情形，以臺中市最多，佔70.9%。此現象顯示都市公園之參與者以臺中市民為主，中年婦女略多，家庭每月月收入以六萬至八萬的工商服務為多數。

(二) 不同社經背景之活動屬性

在豐樂公園的參與者活動頻率以每週前往一至二次者居多，佔26.6%；同伴關係的分佈以親子或親戚關係同遊者最多，佔54.4%；停留時間以一至二小時者的比例最高，佔53.5%；活動類型以隨意性活動者最多，佔54.8%。此現象顯示都市公園之參與者大多與親子、親戚同遊，每次停留時間在一至二小時，多半是從事隨意性活動，活動次數一週至少一、二次居多。

二、受訪者之休閒行為部分

(一) 受訪者在休閒動機方面

受訪者在休閒動機各因素構面以「個體身心需求」為最高，其次是「歸屬感需求」，最低是「知性需求」。

(二) 受訪者在休閒阻礙方面

受訪者在休閒阻礙各因素構面以「設施環境阻礙」為最高，其次是「個體內在阻礙」，最低是「個體外在阻礙」。

(三) 受訪者在休閒滿意度方面

受訪者在休閒滿意度各因素構面以「內心愉悅」為最高，其次是「生理健康」，最低是「社會學習」。

三、不同社經背景變項在休閒行為及休閒利益各情形之驗證

(一) 不同社經背景變項在休閒動機上之驗證

休閒動機各因素構面上，年齡在 40 至 49 歲參與者「知性需求」明顯高於 20 至 29 歲的參與者；30 至 39 歲參與者「個體身心的需求」明顯高於 50 歲以上的參與者，顯示中年人在知性需求、個體身心的休閒動機都比其他年齡層高。以活動次數來說，只來過一二次、每週活動三、四次以上及每週活動一、二次的參與者「知性需求」明顯高於偶爾來一次的參與者；每週活動三、四次以上及每週活動一、二次的參與者「歸屬感」明顯高於只來過一二次的參與者，表示參與次數愈高，在知性需求及歸屬感的動機也有愈高趨勢。以活動類型來說，從事體能性活動、其它活動的參與者「歸屬感」的動機上明顯高於遊樂性活動、藝文性活動的參與者，另一方面，從事體能性活動參與者在「個體身心」明顯高於隨意性活動、遊樂性活動、藝文性活動及其它活動類型的參與者，表示多數到公園活動的民眾，以培養身體適應力、放鬆心情

的需求動機較強烈。就性別、居住地而言，休閒動機各因素構面則沒有顯著差異存在。

（二）不同社經背景變項在休閒阻礙上之驗證

休閒阻礙各因素構面上，年齡在 60 歲以上的參與者「設施環境」阻礙上明顯高於其他年齡層的參與者，顯示年齡愈大，設施環境的阻礙也愈高；50 歲以下的參與者「個體內在」阻礙明顯高於 50 歲以上的參與者，顯示年輕人及中年人可能因工作或家庭壓力的影響下，導致在個體內在的阻礙比老年人高。以居住地來說，臺中縣及其他縣市的參與者「設施環境」阻礙上明顯高於臺中市的參與者；其他縣市的參與者「個體內在」阻礙明顯高於臺中市的參與者，顯示居住地與公園的距離是造成其休閒阻礙的原因，尤其在設施環境、個體內在兩方面有明顯差異。以活動次數來說，只來過一二次的、偶爾來一次及一個月來一二次的參與者「設施環境」阻礙都高於每週來一二次及每週來三四次以上的參與者；只來過一二次的參與者「個體外在」阻礙最高，每週來三四次以上的參與者的阻礙最低；只來過一二次的參與者「個體內在」阻礙最高，每週來三四次以上的參與者，其阻礙也是最低，表示活動頻率與休閒阻礙呈反比情形。以活動類型來說，從事藝文性活動、隨意性活動者「設施環境」阻礙高於從事體能性活動者；從事藝文性活動者「個體外在」阻礙最高，其次是參與遊樂性活動、隨意性活動及其它類型活動，最小的是從事體能性活動者；從事藝文性活動者其「個體內在」阻礙也最高，其次是參與遊樂性活動、隨意性活動及其它類型活動，最小的也是參與體能性活動者；表示到公園參與活動以體能性活動阻礙最小，可能是公園的開放空間不需使用到特

殊器材，所受到的阻礙程度也最低。只有性別在休閒阻礙各因素構面沒有顯著差異存在。

（三）不同社經背景變項在休閒滿意度上之驗證

休閒滿意度各因素構面上，以性別來說，女性獲得「內心愉悅」滿意度明顯高於男性。年齡在 50 歲以上的參與者在「內心愉悅」滿意度明顯高於 30 歲以下的參與者，顯示老年人內心愉悅滿意度較年輕人來得高。以居住地來說，其他縣市的參與者在「內心愉悅」滿意度明顯高於臺中市的參與者，顯示距都市公園較遠者，其體驗的內心愉悅程度也較高。以活動次數來說，每週來三四次以上的參與者在「社會學習」高於偶爾來一次；每週來一二次的參與者在「生理健康」高於一個月來一二次及只來過一二次的參與者。表示到公園參與活動的頻率愈高，其社會學習及生理健康的滿意程度也愈高。以活動類型來說，從事體育性活動者「社會學習」高於藝文性活動者；從事體能性活動、其它類型活動者「生理健康」滿意度最高，從事藝文性活動者滿意度最低；從事其它類型活動者「生理健康」高於體能性活動者及遊樂性活動者。

（四）不同社經背景變項在休閒動機及休閒滿意度之驗證

休閒動機對休閒滿意度各因素構面上以低動機群的「社會學習」滿意度低於高動機群「社會學習」滿意度；低動機群的「生理健康」滿意度低於高動機群「生理健康」滿意度；低動機群的「內心愉悅」滿意度低於高動機群「內心愉悅」滿意度，表示動機與滿意度呈正比情形。

（五）不同社經背景變項在休閒阻礙及休閒滿意度之驗證

因休閒阻礙與休閒利益之徑路分析結果不存在，故研究假設五不成立。

(六) 休閒動機與休閒利益相關之驗證

休閒動機與休閒利益兩變項間有典型相關存在，且有兩個典型因素之相關係數達顯著水準，其結果顯示休閒動機愈強，休閒利益也愈高。

(七) 休閒阻礙與休閒利益相關之驗證

休閒阻礙與休閒利益兩變項間有典型相關存在，但只有一個典型因素之相關係數達顯著水準，且休閒阻礙與休閒利益關係不密切。

(八) 休閒滿意度與休閒利益相關之驗證

休閒滿意度與休閒利益兩變項間有典型相關存在，且有兩個典型因素之相關係數達顯著水準，其結果顯示休閒滿意度愈高，休閒利益也愈高。

第二節 研究應用

根據本研究結果，對未來都市公園的規劃提出下列建議：

一、擴大都市公園運動健身的功能

在本研究中發現從事體能活動者在休閒動機、休閒滿意度上都比其他活動類型有較高認知程度，且休閒阻礙也較低，顯示從事體能活動者對於公園的開放空間有很高的需求，因此，主管機關在往後的規劃中應提供完善的活動空間，使都市公園更能符合使用者特性，創造出更大使用效益。

二、設施環境應符合老年人口使用特徵

依據本研究結果顯示，老年人口在設施環境的阻礙上較其他年齡層高，建議應該考量在整個活動空間的動線上增設

座椅以提供老人活動的休息設施；另外在整個問卷發放期間，運動人數以傍晚最多，老年人也最多，所以夜間照明特別需要，因此，建議未來考慮增加此兩項設施以提昇此一使用族群的活動品質。

三、透過休閒行為的提升促進休閒利益

從本研究的典型相關結論中發現有效提高公園參與者的休閒利益，應從休閒滿意度著手，也就是說要獲得自我肯定及身心健康的休閒利益，就要提高參與者的社會互動滿意及內心愉悅滿意，若要提昇休閒滿意，應加強參與者的知性需求及個體身心需求，使其能消耗多餘體力、對身旁新事務有探索興趣，讓創造力及想像力得以發揮，所獲得的休閒利益就會愈高。

由以上敘述，政府相關單位及民間企業應在週末假期於都市公園內舉辦各種休閒活動以增加民眾休閒參與動機，藉由多親近大自然豐富其生活體驗，以提昇臺中市民較低休閒滿意度；並藉由各種媒體、旅遊網、廣播節目或附近店家一起推動，使資訊得以傳播，讓參與者在知性及個體身心動機需求得以提升，來促進市民休閒及使用效益。

第三節 未來研究之建議

一、相關規劃單位方面

優質休閒生活品質的推廣，對現今忙碌的人來說是非常重要的課題，透過參與公園戶外活動，可以在同樣時間內在

做許多事情，例如：運動、觀賞公園內雕塑品、與家人同遊、增加家人相聚時光，這些都是不須花費昂貴金錢就能享受到休閒帶來的好處，期望相關單位藉由規劃公園活動創造整體生活品質提升，讓民眾獲得最大休閒利益。

二、加入質性研究方法方面

因休閒行為的產生及其獲得休閒利益與否，依每個人參與公園的經驗、涉入程度而不同，如能透過訪談瞭解民眾在參與公園活動所面臨的休閒行為之影響因素，定能使研究結果更趨完整。期盼未來研究上能朝質性、量化研究方法併行。

三、未來學術研究方面

本研究範圍以臺中市豐樂公園參與者為研究對象，僅就此都市公園參與者的休閒行為做推論，往後的研究者可結合中部的都市公園或全臺都市公園做延伸性的研究或者進行全面性範圍、項目探討，補充本研究不足部分。

參考文獻

中文部份

- 于明誠 (1990)。都市計畫概要。臺北市：詹氏書局。
- 大臺灣旅遊網 TTNews (2003)。綜合活動新聞。2006年2月8日。網址http://www.travel-web.com.tw/Show/Style1/News/c1_News.asp?SItemId=0271030&ProgramNo=A000001000002&SubjectNo=9822003/12/22
- 王小文、林晏州 (1998)。大屯自然公園戶外遊憩者之遊憩衝突研究。戶外遊憩研究，11(1)，65-84。
- 王天威 (2005)。臺北縣青少年女性休閒運動參與狀況與阻礙因素之研究。未出版碩士論文，國立臺灣師範大學，臺北市。
- 王昭正 (譯) (2002)。休閒導論。臺北市：品度。
- 內政部營建署 (1997)。積極推動公園綠地建設。2006年5月14日取自營建署即時新聞網址<http://searchdb.cpami.gov.tw/index.htm>
- 王敏華 (2004)。自然公園使用者休閒效益與休閒滿意度之研究以臺北市富陽公園為例。未出版碩士論文，國立臺灣師範大學，臺北市。
- 王註源 (2005)。桃園縣國中教師休閒運動參與現況及其阻礙因素之調查研究。未出版碩士論文，國立臺灣師範大學，臺北市。
- 公園路燈工程管理處 (2006)。公園管理自治條例。2006年6月7日，取自臺北市政府工務局網址 <http://>

pk1.taipei.gov.tw/

- 公園路燈工程管理處(2006)。組織簡介。2006年5月1日，取自臺北市政府工務局網址 <http://pk1.taipei.gov.tw/>
- 行政院主計處(1995)。中華民國臺灣地區時間運用調查報告。臺北市：行政院主計處。
- 行政院體育委員會、中華民國體育學會(2000)。休閒活動專書。臺北市：中華民國體育學會。
- 吳明雲(2002)。臺中都會公園遊客特性與遊憩環境體驗之研究。未出版之碩士論文，逢甲大學，臺中市。
- 吳明隆(2005)。SPSS統計應用實務。臺北市：松崗。
- 吳松齡(2003)。休閒產業經營管理。臺北市：揚智。
- 李明宗(1992)。休閒、觀光、遊憩論文集。臺北市，地景出版社。
- 李枝樺(2004)。臺中縣市國小高年級學童休閒參與、休閒阻礙與休閒滿意度之相關研究。未出版之碩士論文，國立臺中教育大學，臺中市。
- 李素馨(1997)。都市女性休閒類型和休閒阻礙。戶外遊憩研究，10(1)，43-68。
- 李素馨、蔡榮峰(1997)。鄰里公園使用者活動參與類型與休閒效益之研究。休閒、遊憩、觀光研究成果研討會(頁163-176)。臺中市。
- 呂建政(1994)。休閒教育發展。臺灣教育，523，18-20。
- 余幸秀(2005)。臺北市社區大學學員參與休閒運動的動機與滿意度之研究。未出版之碩士論文，輔仁大學，臺北縣。
- 周傑(1986)。都市公園遊憩效益之研究—以植物園為例。未

- 出版之碩士論文，國立中興大學，臺中市。
- 林木俊（1993）。桃園縣立體育場館市場區隔之研究。未出版碩士論文，國立體育學院，桃園縣。
- 林晏州、陳惠美、顏家芝（1998）。高雄都會公園遊客滿意度及相關因素之研究。戶外遊憩研究，11（4）59-71。
- 林進益（1977）。公園計畫與設計。臺北市：正中書局。
- 林寶秀、林晏州（2001）。都市公園分佈型態與居民遊憩品質關係之研究。戶外遊憩研究，14（2），41-61。
- 邱秀玲（2003）。婦女休閒運動參與者感受利益與滿意度之研究-以嘉義縣市為例。未出版碩士論文，臺北市立體育學院，臺北市。
- 南屯豐樂商圈（2005）。南屯豐樂導遊。2006年5月15日。
取自網址 <http://408.travel-web.com.tw/>
- 施佩如（2006）。臺中市不同屬性公園之假日民眾休閒行為研究。未出版碩士論文，國立臺灣體育學院，臺中市。
- 胡淑雲（1988）。臺北市居民利用公園的行為地理研究。未出版碩士論文，國立臺灣師範大學，臺北市。
- 侯錦雄（1990）。遊憩區遊憩動機與遊憩認知間關係之研究。未出版博士論文，國立臺灣大學，臺北市。
- 侯錦雄、姚靜婉（1998）。市民休閒生活態度與公園使用滿意度之相關研究。戶外遊憩研究，10(3)，1-17。
- 涂淑芳（譯）（1996）。休閒與人類行為。臺北市：桂冠圖書公司。（Bammel, G. & Burrus-Bammel, L. L., 1992）。
- 高明瑞（1994）。高雄都會區環境品質評估研究：以戶外休閒空間為例，行政院國科會專題研究計畫成果報告。
- 高俊雄（1995）。休閒利益三因素模式。戶外遊憩研究，8(1)，

15-28。

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(2002)。運動休閒事業管理。桃園縣:志軒。

徐育宏(2005)。臺東地區高中職原住民學生休閒態度與休閒
阻礙之研究。未出版碩士論文,國立臺東大學,臺東
縣。

柴松林(1996)。休閒時代,學習社會。北縣教育,14,33-38。

莊香蘭(2004)。休閒教育參與者生活型態、動機及滿意度
之研究—以中正紀念堂為例。未出版碩士論文,中國
文化大學,臺北縣。

許玢妃(1997)。高齡者社會參與動機、參與行為及參與滿
意度之研究—以高雄市老人活動場所為例。未出版碩
士論文,東海大學,臺中縣。

章宏智(2004)。臺北市都市公園使用者偏差行為知覺對休閒
活動情緒 體驗之影響。未出版碩士論文,國立臺灣
師範大學,臺北市。

張佩娟(2003)。休閒運動參與動機與滿意度之相關研究。
未出版碩士論文,國立雲林科技大學,雲林縣。

張孝銘、高俊雄(2001)。休閒需求與休閒阻礙間之相關研
究—以彰化市居民為實證。體育學報,30,143-152。

張良漢(2001)。休閒覺知自由、休閒無聊感及休閒利益之相
關研究—以國立聯合技術學院學生為例。未出版碩士論
文,國立臺灣體育學院,臺中市。

張良漢(2002)。休閒運動參與動機、身體活動態度、休閒運
阻礙及滿意度之相關研究—以臺灣中部地區大專院校

- 學生為例。臺北市：師大書苑。
- 張春興（1992）。現代心理學。臺北市：東華書局。
- 張春興（1997）。教育心理學。臺北市：東華書局。
- 教育百科辭典編審委員會主編（1994）。教育百科辭典。臺北市：五南圖書出版有限公司。
- 曹勝雄（2001）。觀光行銷學。臺北市：揚智文化。
- 郭滿洲（2003）。民眾對都會型運動公園功能適切性與滿意度之調查研究以臺北天母運動公園為例。未出版碩士論文，國立雲林科技大學，雲林縣。
- 陳中雲（2001）：國小教師休閒參與、休閒效益與工作滿意之關係研究以臺北縣公立國民小學教師為例。未出版之碩士論文，國立臺灣師範大學，臺北市。
- 陳欣宏（2004）。臺中市中老年人休閒阻礙與休閒需求之調查研究。未出版碩士論文，國立體育學院，桃園縣。
- 陳明勇（2005）。國小教師休閒阻礙及休閒滿意度相關之研究-以彰化縣為例。未出版碩士論文，大葉大學，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。未出版碩士論文，國立體育學院，桃園縣。
- 陳昭蓉、林晏州（1996）鄰里公園使用者滿意度影響因素之探討。戶外遊憩研究，9(2/3)，1-22。
- 陳思倫（1993）。休閒遊憩參與阻礙因素區隔之研究。戶外遊憩研究，6(3)，25-52。
- 陳思倫、歐聖榮、林連聰（2001）。休閒遊憩概論。臺北市：世新大學出版中心。

- 陳昭蓉 (1996)。鄰里公園使用者滿意度影響因素之探討。未出版碩士論文，國立臺灣大學，臺北市。
- 陳惠美 (1995)。鄰里公園使用後評估模式之建立。未出版碩士論文，國立臺灣大學，臺北市。
- 陳肇琦 (1991)。都市公園系統規劃設計準則之探討。營建季刊，2(3)，33-40。
- 陳翠莉 (2005)。引進商業活動對都市公園環境品質影響之研究。未出版碩士論文，逢甲大學，臺中市。
- 陳藝文 (2000)。休閒阻礙量表之建構－以北部大學生為例。未出版碩士論文，國立體育學院，桃園縣。
- 曾國雄、曹勝雄、廖耀東 (1992)。臺北都會環境品質指標之研究。交通運輸，14，119-143。
- 黃立賢 (1996)。專科學生休閒興趣相關因素之研究。未出版碩士論文，國立高雄師範大學，高雄市。
- 黃庭芳 (2003)。花蓮市職業婦女工作壓力、家庭壓力和休閒阻礙關係之研究。未出版碩士論文，大葉大學，彰化縣。
- 黃淑姿 (1982)。都市里鄰公園區位之研究－以臺北市大安區為例。未出版碩士論文，國立中興大學，臺中市。
- 黃錦照 (2002)。田中森林公園遊客旅遊動機與滿意度之研究。未出版碩士論文，南華大學，嘉義縣。
- 傅建三 (2005)。私立美術館觀眾參觀動機、藝文生活型態與休閒滿意度之研究－朱銘與鴻禧美術館之比較分析。未出版碩士論文，大葉大學，彰化縣。
- 游淑如 (2003)。彰化縣國小教師休閒需求、阻礙、滿意度之研究。未出版之碩士論文，國立臺東大學，臺東縣。

- 廖河信 (2003)。遊客對都市公園休憩設施使用滿意度研究。未出版之碩士論文，逢甲大學，臺中市。
- 鄭明谷 (2002)。新竹科學工業園區勞工運動休閒之現況調查研究。未出版碩士論文，國立臺灣師範大學，臺北市。
- 盧俊宏 (1999)。運動心理學。臺北市：師大書苑。
- 蔡春華 (2003)。都市公園區位條件及內部結構與其使用效能關係之探討。未出版碩士論文，國立彰化師範大學，彰化縣。
- 賴子敬 (2003)。臺中市高爾夫參與者參與動機和參與行為之研究。未出版碩士論文，朝陽科技大學，臺中縣。
- 賴森林、吳兆欣 (1999)。臺灣地區民眾體能活動市場區隔參與動機及其參與行為之研究。大仁學報，17，489-508。
- 顏妙桂 (譯) (2002)。休閒活動規劃與管理。臺北市：桂魯。(C. R. Edginton, C. J. Hanson, S. R. Edginton, S. D. Hudson, 1998)。
- 謝政諭 (1989)。休閒活動的理論與實際。臺北市：幼獅文化。
- 謝清秀 (2004)。大專網球選手休閒動機、休閒參與及休閒滿意之研究。未出版碩士論文，國立體育學院，桃園縣。
- 謝鎮偉 (2002)。大學教職員工參與休閒運動狀況與阻礙因素之研究-以輔仁大學為例。未出版碩士論文，輔仁大學，臺北縣。
- 魏勝賢 (2002)。影響個人休閒行為因素、活動傾向與市民農園經營關聯之研究。未出版碩士論文，國立臺灣大學，臺北市。
- 羅明葵 (2001)。持續參與社區舞蹈班婦女在休閒滿意、自覺運動利益與社區意識之研究。未出版碩士論文，國立

體育學院，桃園縣。

蘇美玲、林晏州（1999）都市公園使用者休閒態度之研究—以臺北市大安森林公園為例。《戶外遊憩研究》，12(1)，61-86。

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》。未出版碩士論文，國立體育學院，桃園縣。

鐘瓊珠（1998）。《大專運動員休閒行為之研究-以國立體專專長學生為例》。《運動休閒管理論文集(二)》(329-358)。臺北市：師大書苑。

鑫鑽區域位置圖（2004）。《鑫鑽簡介》。2006年5月8日，取自聖家鑫網址<http://www.sheng-jia-shin.com/shin/map.htm>

英文部份

Ajzen, I. (1991). Benefits of leisure : A social psychological perspective. In B. L. Driver, P. J. Brown, & G. L. Perterson (Eds.), *Benefits of leisure* (pp.411-418) . State College, PA: Venture Publishing.

Arai, S. M., & Pedlar, A. M. (1997). Building communities through leisure: Citizen participation in a healthy communities initiative. *Journal of Leisure Research*, 29(2), 167-183.

Beard, J. G., & Ragheb, M. G. (1980). Measuring leisure satisfaction. *Journal of Leisure Research*, 12(1), 22-33.

- Crandall, R. (1980). Motivations for Leisure. *Journal of Leisure Research*, 12(1), 45-54.
- Crawford, D. W., Jackson, E. L., & Godbey, G. C. (1991). A hierarchical model of leisure constraints. *Leisure Science*, 13, 313.
- Crawford, D. W., & Godbey, G. (1987). Conceptualizing barriers to family leisure. *Leisure Science*, 9, 119-127.
- Dorfman, P. W. (1979). Measurement and meaning of recreation satisfaction : A case study of camping. *Environment and Behavior*, 11(4).
- Driver, B. L., Brown, P. J., & Peterson, C. L. (1991). *Benefits of Leisure*. State College, PA: Venture Publishing, Inc.
- Fomell, C. (1992). A National Customer Satisfaction Barometer: The Swedish Experience. *Journal of Marketing*, 56(1), 6-21.
- Henderson, K. A., Stalnaker, D., & Taylor, G. (1988). The relationship between barriers to recreation and gender-role personality traits for women. *Journal of Leisure Research*, 20(1), 69-80.
- Henderson, K. A., & Bialeschki, M. D. (1991). A sense of entitlement to leisure as constraint and empowerment for women. *Leisure Sciences*, 13, 51-65.
- Iso-Ahola, S. E., & Allen (1982). The Dynamics of Leisure Motivation: The Effects of Outcome on leisure Needs. *Research Quarterly For Exercise and Sport*, 53(2), 141-149.

- Iso-Ahola, S. E. (1980). *The social psychology of leisure and recreation*. Dubuque, Iowa : Wm. C. Brown Company.
- Jackson, E. L. (1988). Leisure Constraints: A Survey of Past Research. *Leisure Science, 10*, 203-215.
- Kelly, R.J. (1990). *Leisure*. NJ: Prentice-Hall.
- Mannell, R.C., & Kleiber, D.A. (1997). *A Social Psychology of Leisure*. State College, PA: Venture Publishing, Inc.
- Maslow, A. H. (1970). *The motivation and personality*. New York:Harper & Brothers.
- Mowen, Andrew J., Laura L. Payne , and David Scott. (2005). Change and Stability in Park Visitation Constraints Revisited. *Leisure Studies, 27*(2),191-204.
- Whiting, J. W. M., & Child, I. L. (1953). *Child training and personality: A Cross-culture Study*. New York: Yale University Press.

10. 請問您預計在豐樂公園停留時間多久？

- (1) 1 個小時以內 (2) 1~2 小時 (3) 2~3 小時
 (4) 3~4 小時 (5) 4 小時以上

11. 活動類型：…… (1) 體能性活動 (2) 遊樂性活動 (3) 隨意性活動

(4) 藝文性活動

第二部份：休閒動機量表

【說明】 以下是關於您參與豐樂公園休閒活動之原因，
 敬請根據自己的想法，依同意程度將您認為的
 答案在 內打 V，謝謝！

1 非常不同意
 2 不同意
 3 普通
 4 同意
 5 非常同意

1. 為了培養身體的適應能力
 2. 為了放鬆心情並解除壓力與緊張
 3. 為了發洩多餘的體力
 4. 為了發洩情緒
 5. 為了保持良好的身材

6. 為了增進家庭氣氛與親子關係
 7. 為了向他人表露自己的想法
 8. 為了獲得友誼
 9. 為了讓我有歸屬於某一個團體的感覺
 10. 為了與他人相處及培養默契

11. 為了更進一步瞭解自己
 12. 為了使我更有創造力且想像力得以發揮
 13. 為了使我能探索新觀念並對身旁事務更加瞭解
 14. 為了可獲得他人的尊重及自我實現的成就感
 15. 為了使我感到主動積極
 16. 為了讓我發現自己的本領與技巧並改善我的工作能力

第三部份：休閒阻礙量表

【說明】 以下是關於您參與豐樂公園休閒活動之阻礙因素，
 敬請根據自己的想法，依同意程度將您認為的答案
 在 內打 V，謝謝！

【註】 阻礙的意思是您有從事此項休閒運動的意願，但因
 為某些原因，使得自己比較難以如願從事。

1 非常不同意
 2 不同意
 3 普通
 4 同意
 5 非常同意

1. 女性參與公園活動的阻礙比男生多
 2. 天候是影響我參與公園活動的主要阻礙因素

3. 年齡是影響我參與公園活動的主要阻礙因素
4. 工作是影響我參與公園活動的主要阻礙因素
5. 身體狀況是影響我參與公園活動的主要阻礙因素
-
6. 個人的技能是影響我參與公園活動的主要阻礙因素
7. 個人的興趣是影響我參與公園活動的主要阻礙因素
8. 休閒時間多寡是影響我參與公園活動的主要阻礙因素
9. 覺得自在與否是影響我參與公園活動的主要阻礙因素
10. 家人態度是影響我參與公園活動的主要阻礙因素
-
11. 有無同伴是影響我參與公園活動的主要阻礙因素
12. 缺乏相關資訊是影響我參與公園活動的主要阻礙因素
13. 場地設施品質是影響我參與公園活動的主要阻礙因素
14. 附近治安狀況是影響我參與公園活動的主要阻礙因素
15. 交通的便利性是影響我參與公園活動的主要阻礙因素
16. 設施的安全性是影響我參與公園活動的主要阻礙因素

第四部份：休閒滿意度量表

【說明】 以下是關於您參與豐樂公園休閒活動之滿意程度，
敬請根據自己的想法，依同意程度將您認為的答
案在 內打 V，謝謝！

1 非常不同意
2 不同意
3 普通
4 同意
5 非常同意

1. 帶給我很大的樂趣
2. 讓我增加自信及安全感
3. 讓我有機會接受新事物
4. 讓我有歸屬感
5. 幫助我完成健身目標
-
6. 讓我願意與人交往
7. 幫助我保持健康
8. 讓我全身舒暢
9. 讓我增強體力與耐力
10. 讓我心情愉快
-
11. 使我懂得欣賞大自然的美
12. 讓我更多才多藝

第五部份：休閒利益量表

【說明】以下是關於您參與豐樂公園休閒活動之效益，
敬請根據自己的想法，依同意程度將您認為
的答案在 內打V，謝謝！

1 非常不同意
2 不同意
3 普通
4 同意
5 非常同意

- | | | | | | |
|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| 1. 可以親近大自然 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 2. 可以豐富生活體驗 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 3. 可以調整精神情緒 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 4. 可以維持健康的體能 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 5. 可以紓解壓力 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| ----- | | | | | |
| 6. 可以啟發心思智慧 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 7. 可以增進團隊凝聚力 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 8. 可以促進社會交友關係 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 9. 可以增進同儕關係 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 10. 可以關懷生活環境品質 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| ----- | | | | | |
| 11. 可以欣賞美的事物，增加創造力 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 12. 可以肯定自我的能力 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 13. 可以實現自我理想 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 14. 可以自我超越或自我挑戰 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 15. 可以獲得成就感 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

※本問卷作答到此結束，非常感謝您的協助！