

國立臺灣體育運動大學運動管理學系碩士班

碩士學位論文

嘉義縣國中教師生活型態、休閒涉入
對工作績效影響之研究

A Study on the Relationship Among Lifestyle、Leisure
Involvement and Job Performance of Junior High School
Teachers in Chiayi County



研究生：陳嘉惠

指導教授：黃彥翔

中華民國一〇三年一月
臺中市

論文名稱：嘉義縣國中教師生活型態、休閒涉入對工作績效影響之研究

總頁數：164

院校所組別：國立臺灣體育運動大學運動管理學系碩士班

畢業時間及提要別：一〇二學年度第一學期碩士學位論文提要

研究生：陳嘉惠

指導教授：黃彥翔 博士

中文摘要

本研究旨在探討嘉義縣國中教師生活型態、休閒涉入對工作績效之影響，並比較不同人口背景變項之嘉義縣國中教師於生活型態、休閒涉入及工作績效之差異性。本研究以嘉義縣國中教師為研究對象，採用分層隨機抽樣方式進行問卷調查，總計發放505份問卷，回收有效問卷446份，有效回收率達88.3%。依據實際調查回收資料，進行描述性統計、單因子多變量變異數分析、LSD事後比較、徑路分析等統計方法進行資料分析。

研究結果發現：嘉義縣國中教師的生活型態以「知識文化」型態較多；在休閒涉入屬中等程度，以「自我表現」因素較高；在整體工作績效、情境績效、任務績效皆屬中上程度。不同人口背景變項在生活型態、休閒涉入及工作績效上部分有顯著差異；生活型態對休閒涉入有正向影響效果；休閒涉入對工作績效有正向影響效果。本研究並依研究結果提供教育相關單位參考建議，協助教師因應並提升其工作績效。

關鍵詞：生活型態、休閒涉入、工作績效

Title of Thesis: A Study on the Relationship Among Lifestyle 、 Leisure Involvement and Job Performance of Junior High School Teachers in Chiayi County

Name of Institute: Graduate Institute of Sport Management

Graduate Date : January 2014

Degree Conferred : M.P.E.

Name of Student : Chen Chia-Hui

Advisor : Dr. Huang Yen-Hsiang

Abstract

The purpose of this research aimed to investigate the relationship among lifestyle, leisure involvement and job performance of junior high school teachers in Chiayi County, and analyze the differences in the variance of different demographic variables on lifestyle, leisure involvement and job performance. The data was collected by questionnaires survey with which the stratified random sampling was managed to select from junior high school teachers in Chiayi County. 505 questionnaires were distributed and 446 were valid responded corresponding with a 88.3% of return rate. Descriptive statistics, one-way MANOVA, LSD's methods and path analyze were utilized for analyzing the data.

The results showed that the lifestyle of junior high school teachers in Chiayi County is mainly in "Knowledge and Culture" type. The leisure involvement was considered to be in middle level, particularly in "self-expression" factor. The job performance, contextual performance and task performance was considered to be in middle-high level. Conclusion : lifestyle, leisure involvement and job performance were partially significant different among demographic variables ; lifestyle had a positive effect on leisure involvement; leisure involvement had a positive effect on job performance. In conclusion , we suggest several future research issues and implications for education units that can help increase teachers' job performance.

Keywords : Lifestyle , Leisure Involvement , Job Performance

謝 誌

沒有想過，已經到了寫謝誌這一天！有太多的感激，在臺灣體育運動大學運動管理研究所的這些日子。

論文的完成，首先感謝指導教授黃彥翔老師，除了老師願意收我為門生外，更是花很多的時間辛苦指導。景仰老師在課堂上的知識傳授與其在學術上的成就，也欣賞老師很體貼的、很優雅的說話方式，與老師談話總會給予一股安定的力量。正因為老師的耐心指導，論文才得以順利完成。

另外，在口試期間感謝口試委員 新北市教育局副局長 洪嘉文 教授與教務長 林房儂 教授對論文內容的指正，並惠賜諸多寶貴意見，使本論文更加妥適完善，在此由衷的感謝，並致上最高的敬意。

同時也感謝諸位同窗好友在課業上的鼓勵與協助，求學的過程中，因為有你們的陪伴，這一路走的充實愉快。

感謝家人的關懷、支持與鼓勵，感謝二個可愛兒子的陪伴，更感謝我的先生永遠支持我的想法並協助我達成目標。謹以此論文獻給我的家人、師長及所有關心與協助我的人，由衷的感謝在我生命中駐足的你們！

論文內容或有不足之部分，不過，撰寫過程的確是求學生涯與人生中相當難得的考驗與經驗，很開心終於完成。

完成論文，是這一段歲月的一個句點更是下一段人生新歷程的起點，期盼，下一個璀璨。

陳嘉惠 謹誌

一〇三年元月

目錄

| | |
|------------------------------|-----------|
| 中文摘要..... | I |
| 英文摘要..... | II |
| 謝誌..... | III |
| 目錄..... | IV |
| 表目錄..... | VI |
| 圖目錄..... | IX |
| 第壹章 緒論..... | 1 |
| 第一節 研究背景與動機..... | 1 |
| 第二節 研究目的..... | 4 |
| 第三節 研究問題..... | 4 |
| 第四節 研究範圍與限制..... | 5 |
| 第五節 名詞操作型定義..... | 6 |
| 第貳章 文獻探討..... | 7 |
| 第一節 生活型態..... | 7 |
| 第二節 休閒涉入..... | 22 |
| 第三節 工作績效..... | 33 |
| 第四節 生活型態、休閒涉入與工作績效之相關研究..... | 46 |
| 第五節 本章小結..... | 53 |
| 第參章 研究方法..... | 54 |
| 第一節 研究架構..... | 54 |
| 第二節 研究假設..... | 55 |
| 第三節 研究流程..... | 57 |
| 第四節 研究對象..... | 58 |
| 第五節 研究工具..... | 62 |
| 第六節 資料分析..... | 78 |

| | |
|------------------------------|------------|
| 第肆章 結果與討論 | 80 |
| 第一節 受試者基本資料之分析..... | 80 |
| 第二節 不同背景變項在生活型態之結果分析..... | 84 |
| 第三節 不同背景變項在休閒涉入之結果分析..... | 93 |
| 第四節 不同背景變項在工作績效之結果分析..... | 101 |
| 第五節 生活型態、休閒涉入與工作績效之相關分析..... | 108 |
| 第六節 研究假設之驗證..... | 122 |
| 第七節 綜合討論..... | 125 |
| 第伍章 結論與建議 | 134 |
| 第一節 結論..... | 134 |
| 第二節 建議..... | 137 |
| 參考文獻 | 140 |
| 附錄 | 156 |
| 附錄一：預試問卷..... | 156 |
| 附錄二：正式問卷..... | 160 |
| 附錄三：建構專家效度之專家學者名單..... | 164 |

表目錄

| | |
|----------------------------------|----|
| 表2-1-1 生活型態之定義..... | 8 |
| 表2-1-2 Plummer(1974)生活型態之構面..... | 12 |
| 表2-1-3 生活型態衡量構面彙整表..... | 13 |
| 表2-1-4 國內學者對教師生活型態之相關研究..... | 14 |
| 表2-1-5 人口背景變項與生活型態之相關研究彙整表..... | 21 |
| 表2-2-1 休閒涉入之定義..... | 23 |
| 表2-2-2 休閒涉入衡量構面彙整表..... | 27 |
| 表2-2-3 國內學者對休閒涉入之相關研究..... | 29 |
| 表2-2-4 人口背景變項與休閒涉入之相關研究彙整表..... | 32 |
| 表2-3-1 工作績效之定義..... | 34 |
| 表2-3-2 工作績效衡量之相關構面彙整表..... | 38 |
| 表2-3-3 國內學者對工作績效之相關研究..... | 40 |
| 表2-3-4 人口背景變項與工作績效之相關研究彙整表..... | 45 |
| 表2-4-1 休閒涉入與工作績效之相關研究彙整表..... | 48 |
| 表2-4-2 生活型態與休閒涉入之相關研究彙整表..... | 51 |
| 表3-4-1 正式問卷抽樣程序說明表..... | 59 |
| 表3-4-2 嘉義縣國民中學各規模學校樣本數統計表..... | 60 |
| 表3-4-3 正式問卷資料統計表..... | 61 |
| 表3-5-1 國中教師生活型態項目分析摘要表..... | 64 |
| 表3-5-2 國中教師生活型態量表因素分析摘要表..... | 67 |
| 表3-5-3 國中教師生活型態量表信度分析摘要表..... | 68 |
| 表3-5-4 國中教師休閒涉入項目分析摘要表..... | 69 |
| 表3-5-5 國中教師休閒涉入量表因素分析摘要表..... | 72 |
| 表3-5-6 國中教師休閒涉入量表信度分析摘要表..... | 73 |
| 表3-5-7 國中教師工作績效項目分析摘要表..... | 74 |
| 表3-5-8 國中教師工作績效量表因素分析摘要表..... | 76 |
| 表3-5-9 國中教師工作績效量表信度分析摘要表..... | 77 |
| 表4-1-1 正式樣本(原始)基本資料分析表..... | 82 |
| 表4-1-2 正式樣本(組別合併後)基本資料分析表..... | 83 |
| 表4-2-1 受試者生活型態各因素構面得分情形摘要表..... | 85 |
| 表4-2-2 生活型態各題得分情形摘要表..... | 86 |

| | | |
|---------|-------------------------|-----|
| 表4-2-3 | 不同性別教師生活型態多變量變異數分析摘要表 | 87 |
| 表4-2-4 | 不同年齡教師生活型態多變量變異數分析摘要表 | 87 |
| 表4-2-5 | 不同服務年資教師生活型態多變量變異數分析摘要表 | 88 |
| 表4-2-6 | 不同學歷教師生活型態多變量變異數分析摘要表 | 88 |
| 表4-2-7 | 擔任不同職務教師生活型態多變量變異數分析摘要表 | 89 |
| 表4-2-8 | 不同婚姻狀況教師生活型態多變量變異數分析摘要表 | 89 |
| 表4-2-9 | 不同家庭狀況教師生活型態多變量變異數分析摘要表 | 90 |
| 表4-2-10 | 不同學校規模教師生活型態多變量變異數分析摘要表 | 91 |
| 表4-2-11 | 不同背景變項教師生活型態之驗證結果總表 | 92 |
| 表4-3-1 | 受試者休閒涉入各因素構面得分情形摘要表 | 93 |
| 表4-3-2 | 休閒涉入各題得分情形摘要表 | 94 |
| 表4-3-3 | 不同性別教師休閒涉入多變量變異數分析摘要表 | 95 |
| 表4-3-4 | 不同年齡教師休閒涉入多變量變異數分析摘要表 | 96 |
| 表4-3-5 | 不同服務年資教師休閒涉入多變量變異數分析摘要表 | 96 |
| 表4-3-6 | 不同學歷教師休閒涉入多變量變異數分析摘要表 | 97 |
| 表4-3-7 | 擔任不同職務教師休閒涉入多變量變異數分析摘要表 | 97 |
| 表4-3-8 | 不同婚姻狀況教師休閒涉入多變量變異數分析摘要表 | 98 |
| 表4-3-9 | 不同家庭狀況教師休閒涉入多變量變異數分析摘要表 | 99 |
| 表4-3-10 | 不同學校規模教師休閒涉入多變量變異數分析摘要表 | 99 |
| 表4-3-11 | 不同背景變項教師休閒涉入之驗證結果總表 | 100 |
| 表4-4-1 | 受試者工作績效各因素構面得分情形摘要表 | 101 |
| 表4-4-2 | 工作績效各題得分情形摘要表 | 102 |
| 表4-4-3 | 不同性別教師工作績效多變量變異數分析摘要表 | 103 |
| 表4-4-4 | 不同年齡教師工作績效多變量變異數分析摘要表 | 103 |
| 表4-4-5 | 不同服務年資教師工作績效多變量變異數分析摘要表 | 104 |
| 表4-4-6 | 不同學歷教師工作績效多變量變異數分析摘要表 | 104 |
| 表4-4-7 | 擔任不同職務教師工作績效多變量變異數分析摘要表 | 105 |
| 表4-4-8 | 不同婚姻狀況教師工作績效多變量變異數分析摘要表 | 105 |
| 表4-4-9 | 不同家庭狀況教師工作績效多變量變異數分析摘要表 | 106 |
| 表4-4-10 | 不同學校規模教師工作績效多變量變異數分析摘要表 | 107 |
| 表4-4-11 | 不同背景變項教師工作績效之驗證結果總表 | 107 |
| 表4-5-1 | 生活型態、休閒涉入對工作績效之迴歸分析係數表 | 109 |
| 表4-5-2 | 生活型態對休閒涉入之迴歸分析係數表 | 109 |

| | |
|---------------------------------------|-----|
| 表4-5-3 吸引力高低群在工作績效之多變量變異數分析摘要表..... | 111 |
| 表4-5-4 吸引力高低群在工作績效之平均數與標準差..... | 111 |
| 表4-5-5 自我表現高低群在工作績效之多變量變異數分析摘要表..... | 112 |
| 表4-5-6 自我表現高低群在工作績效之平均數與標準差..... | 113 |
| 表4-5-7 生活中心性高低群在工作績效之多變量變異數分析摘要表..... | 113 |
| 表4-5-8 時尚取向高低群在休閒涉入之多變量變異數分析摘要表..... | 115 |
| 表4-5-9 時尚取向高低群在休閒涉入之平均數與標準差..... | 115 |
| 表4-5-10 社交取向高低群在休閒涉入之多變量變異數分析摘要表..... | 116 |
| 表4-5-11 社交取向高低群在休閒涉入之平均數與標準差..... | 117 |
| 表4-5-12 運動取向高低群在休閒涉入之多變量變異數分析摘要表..... | 118 |
| 表4-5-13 運動取向高低群在休閒涉入之平均數與標準差..... | 118 |
| 表4-5-14 知識取向高低群在休閒涉入之多變量變異數分析摘要表..... | 119 |
| 表4-5-15 知識取向高低群在休閒涉入之平均數與標準差..... | 120 |
| 表4-5-16 健康取向高低群在休閒涉入之多變量變異數分析摘要表..... | 121 |
| 表4-5-17 健康取向高低群在休閒涉入之平均數與標準差..... | 121 |
| 表4-6-1 研究假設驗證結果彙整表..... | 124 |

圖目錄

| | |
|---------------------|-----|
| 圖 3-1 研究架構圖..... | 54 |
| 圖4-1 徑路分析參數估計圖..... | 110 |

第壹章 緒論

本研究旨在瞭解國中教師生活型態、休閒涉入對工作績效之影響。本章共分為五節：第一節為研究背景與動機；第二節為研究目的；第三節為研究問題；第四節為研究範圍與限制；第五節為名詞操作型定義。

第一節 研究背景與動機

《禮記》學記篇說：「建國君民，教學為先」，教育乃是孕育未來人力的搖籃，是國家競爭力的基石，所以教育成功與否和國家未來發展息息相關，而教師之工作績效更是教育品質之關鍵。我國自古以來對於師道相當尊崇，賦予了教師極高的社會地位，但是因現代社會環境轉變，尊師重道的傳統已日漸消逝，教師的地位亦隨之低落。現今社會中，大眾的倫理觀念不再將教師視為崇高的行業，且近來中小學校園的負面新聞不斷，社會對中小學教師的專業評價逐年降低，對教師角色都是種無形的傷害，在此環境下教師壓力倍增(林雨軒、翁志成，2010)。因此目前我國教師普遍生活壓力沉重、生活品質亦不高，從近年來許多資深教師急於退休求去的情形來看，不難想像教學工作之艱辛(劉宗明、黃德祥，2008)。

隨著週休二日的施行以及休閒意識之提升，國人無論是在休閒涉入或是休閒活動參與上均較以往高出許多。且近年來休閒已從過去怠惰、閒散或不事生產的觀念，轉變為可提升生產力或紓解身心壓力等正向評價。Shivers (1967) 指出在社會變遷的過程裡，休閒已然成為生命中的重要元素，在

學校、工作場所、家庭或社區裡，休閒都扮演著槓桿的作用。余嬪（2001）也提到人不能沒有休閒，休閒等同於休息，是紓解壓力、補充體力、調劑身心及恢復元氣的最佳良方。由於休閒活動具有調劑、紓壓的功能，由感興趣的活動中，個體可望獲得愉悅與滿足，對個人之生活與成長皆能有所助益（黃元田，2003）。休閒活動已經成為現代人生活的必需品（劉惠珍、謝淑芬，1998）。因此，有愈來愈多教師，透過各種休閒方式來舒緩身心。洪煌佳（2002）認為休閒運動不僅顧及了個人生理上的健康，亦兼顧了心理的愉悅與歡樂感。因此本研究認為藉由休閒活動的參與將有助於調節教師們面臨的工作壓力以提升其生活品質，進而達到提升工作績效之效果。因此，本研究將以教師之休閒涉入(leisure involvement)為研究重點之一。

Kotler (2000) 認為在影響消費者行為的個人因素中，除了年齡、生命週期階段、職業、經濟狀況以及人格與自我觀念等五個因素外，還有一個很重要的因素就是生活型態，因為個人的生活型態將會反應於其平日的活動、興趣及意見中，不但會影響個人的一般行為，對其所從事的休閒運動也會有所影響。因此一個人的休閒涉入程度往往與個人之生活型態相關。Kelly (1978) 亦曾說過：要瞭解工作與休閒間的關係，必須整合人格、家庭型態、人口統計變項、社區變項及工作與休閒的角色等概念，方可洞悉，而生活型態研究(lifestyle research)即具備這種功能。由此可知個人生活型態對休閒涉入具有相當的影響力。目前已有些學者在其研究中證實生活型態會影響休閒涉入(梁恒華，2006；胡琇雲，2008；王永中，2009)。本研究將針對教師之生活型態做探討，為研

究重點之二，以期能更深入的了解教師之休閒涉入。

管理學大師 Peter F. Drucker 曾特別強調：「人是組織最重要的資產」(引自房美玉，2002)。人是組織的構成者與運作者，組織之運作能否面對挑戰、突破困境，進而成長茁壯，組織成員的素質是最關鍵的因素。隨著時代變遷與社會型態轉變，少子化是許多國家現正面臨的人口變遷現象，此時學校若缺乏競爭力，將可能面臨招生不足的困境(吳清山、林天祐，2005)，減班超額，影響教師工作權(張馨方，2009)，所以提升工作績效，乃是教師們共同努力之目標。因此本研究將以教師之工作績效(leisure involvement)為研究重點之三。

從許多學術研究中發現，休閒參與有助於釋放壓力，因此提升休閒參與的品質及涉入程度已是必然的趨勢。日本學者大前研一博士(2006)曾在《OFF學》一書中鼓勵人們參與休閒活動並更鼓勵人們對自己的休閒做適當的規劃，既可從中規劃自己的生涯發展，更期望休閒效益能回饋到工作中，以進而提昇工作績效(引自陳柏誠譯，2006)。有些企業甚至給員工更多休閒時間，最終目的就是期望員工能因有較充份的休閒而能有更好的工作表現。國中教師在面臨課程、教學、家長及行政業務等問題，如何有效透過休閒涉入來紓解工作壓力，以達到工作績效的提升，是值得探討的課題，但目前少有文獻是針對教師之生活型態、休閒涉入與工作績效間之關係來進行探討，因此，本研究將探討嘉義縣國中教師生活型態、休閒涉入、工作績效之關聯性，為研究重點之四，以作為日後教育相關單位提昇工作績效之參考方針。

第二節 研究目的

基於上述研究背景與動機，本研究主要目的如下：

- 一、了解嘉義縣國中不同背景變項教師在生活型態、休閒涉入、工作績效之現況及其差異性。
- 二、了解嘉義縣國中教師生活型態、休閒涉入及工作績效之關聯性。

第三節 研究問題

根據上述研究目的，本研究提出下列研究問題：

- 一、探討嘉義縣國中不同背景變項教師在生活型態、休閒涉入、工作績效之現況及其差異性為何？
- 二、探討嘉義縣國中教師生活型態對教師休閒涉入之影響為何？
- 三、探討嘉義縣國中教師休閒涉入對教師工作績效之影響為何？
- 四、探討嘉義縣國中教師生活型態對教師工作績效之影響為何？

第四節 研究範圍與限制

本研究旨在探討嘉義縣國中教師生活型態、休閒涉入對工作績效之影響，就本研究的研究範圍與限制分述如下：

一、研究範圍

- (一)本研究以 102 學年度嘉義縣立國民中學教師為研究對象，不包含實習教師及職員。
- (二)本研究所探討之變項，除人口背景變項以外，尚包含生活型態、休閒涉入與工作績效等三部分。

二、研究限制

- (一)本研究因人力、時間、經濟等因素限制，僅以嘉義縣立國民中學現職編制內之教師為取樣母群，無法擴及其他區域的國中教師或不同教育階段的教師。
- (二)本研究採用問卷調查法，請研究對象根據量表題目回答。因此，均假設填答問卷之對象都能詳實了解填答說明，並願意配合題項據實填答，對於答題不完全及有疑義之問卷，一律淘汰。
- (三)本研究主要探討嘉義縣國中教師生活型態、休閒涉入對工作績效之影響，主要研究變項為生活型態、休閒涉入與工作績效三個變項，但影響工作績效的因素很多，因此本研究的深度、廣度將受其影響。

第五節 名詞操作型定義

一、嘉義縣國中教師

本研究之嘉義縣國中教師，係指 102 學年度服務於嘉義縣立各國民中學之教師為研究對象，不包含實習教師及職員。

二、生活型態 (Lifestyle)

生活型態為個人日常的生活模式，而個人職業可能會影響其生活模式。因此，本研究將生活型態定義為「教師在日常生活中清晰、可辨的生活模式」。在生活型態之衡量上，本研究採李克特 (LiKert-Type) 五點計分量表，得分愈高，代表對該生活型態愈認同；反之，所得分數愈低則代表對該生活型態認同度愈低。

三、休閒涉入 (Leisure Involvement)

本研究將休閒涉入定義為「教師對休閒活動關注、重視及持續參與時的投入程度」。在休閒涉入之衡量上，本研究採李克特 (LiKert-Type) 五點計分量表，得分愈高，代表休閒涉入程度愈深；反之，所得分數愈低則代表其休閒涉入程度愈低。

四、工作績效 (Job Performance)

工作績效乃個人在其工作上任務達成的質與量，因此本研究將工作績效定義為「教師在執行其學校任務時，整體工作表現的衡量結果」。在工作績效之衡量上，本研究採李克特 (LiKert-Type) 五點計分量表，得分愈高，代表受試者愈認同題目所描述之狀況，即工作績效越高。

第貳章 文獻探討

為瞭解國中教師生活型態、休閒涉入對工作績效之影響。本研究將先探討生活型態、休閒涉入、工作績效等三大概念，而後探討三者間之關係，據以作為本研究之基礎。本章共分為五節：第一節為生活型態；第二節為休閒涉入；第三節為工作績效；第四節為生活型態、休閒涉入與工作績效之相關研究；第五節為本章小結。

第一節 生活型態

生活型態(lifestyle)的觀念源起於社會學及心理學(別蓮蒂, 2000), 而 George Kelly (1955) 的個人認知結構理論則為其理論基礎。由於每個人之主觀認知、態度、價值觀皆不大相同, 因此也就形成了不同的生活型態。若能找出一個團體之中共同的生活型態, 即可以了解這些群體, 並能夠預測其可能產生的行為 (Reynolds & Darden, 1974)。本研究將藉由國中教師生活型態之衡量, 以瞭解國中教師生活型態之現況, 及教師生活型態對休閒涉入和工作績效之影響。

一、生活型態定義

Lazer (1963) 將生活型態定義為一種系統性之概念, 由文化與社會因素形成群體獨特的生活方式, 代表著某一社會或某一群體所具有的生活特徵, 而此生活特徵能與其他社會或群體有所區隔, 並在動態的生活模式裡具體表現。Plummer (1974) 認為生活型態是消費者價值觀、意見、活動、興趣的綜合表現。Engel, Blackwell 與 Kollat (1978) 指出生活型態即消費者的生活及其使用時間、金錢的型態。Kotler 與

Armstrong (1997) 對生活型態的看法為人們所表現於活動、興趣與意見上的生活方式。李蘭 (1988) 認為生活型態是指個體或群體於日常生活中，其在生理、心理和社會各方面一連串的經驗總合。鄭健雄、劉孟奇 (2001) 則認為生活型態指的是我們如何生活的綜合性概念，即人們之生活文化、個人情境及日常生活經驗的總合意象。胡琇雲 (2008) 亦指出生活型態為個人的生活模式，會受社會與價值觀影響。鄭熙彥 (1987) 也指出不同階級與社會的成員具有不同的生活型態，相同階級與社會的成員亦可能因為職業、性別、教育程度與居住環境等因素的不同，生活型態也隨之不同，因此社會學家特別關切不同社會階級成員生活型態上的差異。由此可知生活型態為個體自身特質、職業、居住環境及社會所相互影響之下而形成的生活方式，亦即個體在生活中所具有的特徵，而此特徵可表現於個體之活動、興趣與意見上。因此，生活型態乃個體在日常生活中清晰、可辨的生活模式。以下茲將各學者對生活型態定義之看法彙整如表 2-1-1：

表 2-1-1

生活型態之定義

| 學者(年代) | 定義 |
|--------------------------------|---|
| Lazer(1963) | 生活型態為一種系統性之概念，代表某一社會或群體其生活模式的特徵，而這些特徵足以與其他社會或群體有所區隔，並在動態的生活模式裡具體表現。 |
| Plummer(1974) | 生活型態是消費者價值觀、意見、活動、興趣的綜合表現。 |
| Engel,Blackwell & Kollat(1978) | 生活型態即消費者的生活及其使用時間、金錢的型態。 |

(續下頁)

| 學者(年代) | 定義 |
|--------------------------|--|
| Sobel(1981) | 生活型態包含各種可觀察的表達性行為，是一種清晰且可辨識的生活模式。 |
| Singer(1982) | 生活型態是人們處理日常活動的生活方式或態度。 |
| Kotler(1992) | 生活型態就是個人表現於真實世界中，有關個人活動(activity)、興趣(interest)與意見(opinion)上的生活模式，生活型態代表個人整體與週遭環境的互動，在某一方面反映出其超越社會階級，另一方面也超越人格特質。 |
| Kotler & Armstrong(1997) | 生活型態為人們表現在活動、興趣與意見上的生活方式。 |
| Kotler(2006) | 生活型態為個人消費心態的表現。 |
| Armstrong & Kotler(2008) | 生活型態可顯現出一個人與所處環境互動的全貌。 |
| 李蘭(1988) | 生活型態是指個體或群體於日常生活中，其在生理、心理和社會各方面一連串的經驗總合。 |
| 簡貞玉(1996) | 生活型態是個人特定的生活模式，在其生命週期中藉由與社會的交互作用形成個人與生俱來特質的功能。 |
| 別蓮蒂(2000) | 生活型態就是個人或團體在社會上的生活與行為模式，主要被用以討論各種社群或社會階層。 |
| 鄭健雄、劉孟奇(2001) | 生活型態指的是我們如何生活的一種綜合性概念，亦即人們生活的文化、個人的情境及日常生活的經驗的總合意象。 |
| 朱俶儀(2003) | 生活型態為在日常生活中國中教師所具有的特徵與型態。 |
| 胡琇雲(2008) | 個人的生活模式，會受社會與價值觀影響。 |

資料來源：本研究整理

由此可知生活型態為個人的生活模式，此生活模式會受個人自身特質、職業、居住環境以及社會所影響。綜整上述探討，本研究將生活型態定義為「教師在日常生活中清晰、可辨的生活模式」。

二、生活型態衡量構面

生活型態的研究，就是要找出母群體間所顯現不同生活型態之構面，進而預測不同構面群體之行為。生活型態除代表個體生活模式之特徵外，Demby (1974) 指出生活型態為社會學的概念，探討人們分配於各項活動上的時間、精力及金錢（引自王嘉隸，1995）。Kesic 與 Piri-Rajh (2003) 亦指出生活型態是一個綜合性的建構概念，它將人們如何生活、安排時間與消費的方式，採質化或量化以進行評估。因此可利用個體之各項活動上所分配的時間、精力及消費方式為基礎來劃分個體之生活型態。國內目前有關生活型態之衡量多是將國外量表翻譯或修訂，再依據不同的研究對象與目的，編製出適合的生活型態量表。以下將探討較為知名之生活型態量表以及各學者對生活型態所採用之衡量構面，藉以選擇較適合衡量教師生活型態之構面。

Wells 與 Tigert (1971) 直接詢問消費者，發展出以活動 (activity)、興趣 (interest)、意見 (opinion) 來測量生活型態的 AIO 量表，量表共 300 個題項，成為日後研究生活型態的基礎範本（引自周正秋，1998）。

由於生活型態為個人活動、興趣及意見等之生活全貌，無法用單一變數加以衡量，必須藉助多題項量表以測得。在生活型態的測量方法上，Wind 與 Green (1974) 將衡量生活型態之方法，分為五種（引自別蓮蒂，2000）：

1. 個體所消耗的產品或服務。
2. 個體之活動 (activity)、興趣 (interest) 和意見 (opinion)，即 AIO 量表。
3. 個體之價值觀。
4. 個體之人格特質與自我觀念。
5. 個體對於不同產品的態度和所追求的利益。

之後 Reynolds 與 Darden (1974) 針對 AIO 量表提出更明確的定義 (引自朱倣儀, 2003):

1. 活動：是一種具體、明顯的行動，通常可以由行為表態直接觀察，但不易直接測量其內心感受。
2. 興趣：指人們對某些事、物或主題興奮的程度，可持續吸引人們的注意。
3. 意見：指個體對外界刺激所產生的反應、所給予口頭或書面的表達。可用來描述人們對事件的解釋、期望和評價。

Plummer (1974) 則認為先前提出之 AIO 量表，除了以個人的活動、興趣、和意見等三個構面來衡量生活型態外，亦應加上人口統計變數。因此，AIO 量表由原先的三個構面發展成現今的四個構面，共整理出三十六個生活型態子構面，如表 2-1-2。

表 2-1-2

Plummer(1974) 生活型態之構面

| 活動 | 興趣 | 意見 | 人口統計變數 |
|------|----|------|--------|
| 工作 | 家庭 | 自己 | 年齡 |
| 嗜好 | 家事 | 社會事件 | 教育 |
| 社交 | 工作 | 政治 | 所得 |
| 度假 | 社區 | 商業 | 職業 |
| 娛樂 | 休閒 | 教育 | 家庭大小 |
| 社團活動 | 流行 | 產品 | 住所 |
| 社區 | 食物 | 未來 | 地理位置 |
| 逛街購物 | 媒體 | 文化 | 城市大小 |
| 運動 | 成就 | 經濟 | 家庭生命週期 |

資料來源：Plummer (1974)

Plummer (1974) 指出每個研究者可自行挑選最切合自己研究目的之構面，進行調查。因本研究的研究對象為國中教師，為探究各種不同生活型態對其休閒涉入、工作績效之影響與差異，因此首先要了解國中教師的生活型態群。以下將過去國內研究者針對教師生活型態所做的構面加以整理如表 2-1-3：

表 2-1-3

生活型態衡量構面彙整表

| 學者 (年代) | 流行時尚 | 家庭中心 | 自信積極 | 運動健康 | 工作導向 | 人際社交 | 知識文化 | 保守穩定 | 戶外遊憩 | 靜態休閒 |
|------------|------|------|------|------|------|------|------|------|------|------|
| 朱俶儀 (2003) | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ | | ✓ | ✓ | ✓ | | |
| 蘇可欣 (2005) | | | | ✓ | | | | | ✓ | ✓ |
| 張淑靜 (2006) | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ | | | |
| 梁畢玲 (2006) | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ | | ✓ | | | | |
| 黃春慧 (2008) | | | | | | ✓ | | ✓ | | |
| 王永中 (2009) | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ | | ✓ | ✓ | | | |
| 游錫霖 (2009) | ✓ | ✓ | | ✓ | | ✓ | ✓ | | | |
| 何慶燕 (2010) | | ✓ | | ✓ | ✓ | ✓ | | | ✓ | ✓ |
| 楊馥如 (2011) | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ | | ✓ | | ✓ | | |

資料來源：本研究整理

基於以上對於教師的生活型態構面分析可以看出，國內在進行生活型態的研究，有五類構面是較常出現的，而本研究在探討國中教師生活型態、休閒涉入對工作績效之影響，有鑒於教師職業的關係，須不斷進修充實自我知識，因此認為知識文化也可視為一個重要的生活型態構面。本研究以AIO為架構，進行生活型態研究時，將採用這六種構面，分別為：「家庭中心取向」、「流行時尚取向」、「自信積極取向」、「人際社交取向」、「運動健康取向」、「知識文化取向」作為嘉義縣國中教師生活型態量表之構面基礎。

三、生活型態之相關研究

(一)國內生活形態相關研究

生活型態之研究乃找出研究對象生活型態共同的構面，並加以分析、以了解該群體，便於預測其後可能的行為。以下將與本研究有關之教師生活型態之研究整理如表 2-1-4：

表 2-1-4

國內學者對教師生活型態之相關研究

| 學者 (年代) | 研究題目 | 研究對象 | 研究發現 |
|---------------|------------------------------|--------|---|
| 朱俶儀 (2003) | 國民中學教師其生活型態與休閒參與之關係研究-以台北市為例 | 國中教師 | 台北市國民中學教師的生活型態可分為含流行、自信領導、家庭、金錢、運動健康、知識藝文、保守及社交等八種取向。國中教師的生活型態主要以家庭為重、並強調知識的獲得、在個性上較為保守、也相當在意金錢、對自身的自信及運動健康方面也有相當程度的重視，也多維持相當程度的社交活動、但流行訊息的獲取則較不為國中教師所重視。 |
| 蘇可欣 (2005) | 大學教師社經地位、休閒生活型態與生活品質之關係研究 | 中部大學教師 | 中部大學教師生活型態可分為四類，分別為靜態消遣者、渡假旅遊者、運動放鬆者、以及資訊導向者。中部大學教師休閒生活型態多趨向為資訊導向者。 |

(續下頁)

| 學者 (年代) | 研究題目 | 研究對象 | 研究發現 |
|---------------|------------------------|---------|---|
| 張淑靜 (2006) | 台北市國小教師生活型態與休閒態度之研究 | 台北市國小教師 | 台北市國小教師在生活型態上，可分為流行文化取向、積極進取、運動取向、家庭取向等七種類型。而在性別、年齡、服務年資、子女狀況、生活型態皆有顯著差異。 |
| 林婉茹 (2006) | 退休教師生活型態、自我尊榮與生活滿意度之研究 | 退休教師 | 退休教師在生活型態上，分為四種類型，依序為隨遇而安、自我充實、積極活力、健康狀況。不同年齡、健康狀況、居住情形以及退休年數的教師在生活型態上有顯著的差異。 |
| 黃春慧 (2008) | 台北市國小教師生活型態與海外旅遊行為之研究 | 台北市國小教師 | 台北市國小教師生活型態可分為追求自我、活躍開放與保守穩定等三種類型。不同性向、年齡、服務年資、子女狀況、平均月收入等背景變項都對生活型態有顯著影響。 |
| 王永中 (2009) | 高雄市國小教師參與生活型態之研究 | 高雄市國小教師 | 高雄市國小教師在生活型態方面，可歸類出六種類型，分別為家庭取向、自信積極取向、社交取向。不同性別、年齡、年資、任職年資、家庭狀況上有達到顯著的差異。 |

(續下頁)

| 學者 (年代) | 研究題目 | 研究對象 | 研究發現 |
|---------------|-------------------------|---------|--|
| 游錫霖 (2009) | 桃園縣國小教師生活型態與運動參與之關係研究 | 桃園縣國小教師 | 桃園縣國小教師的生活型態取向分為：家庭中心、知識藝術、社交、運動、健康、流行時尚等五種類型。不同性別、年齡、婚姻狀況、職稱及子女狀況之桃園縣國小教師在生活型態取向上有顯著的差異。 |
| 楊馥如 (2011) | 新北市國小教師生活型態、休閒參與及幸福感之研究 | 新北市國小教師 | 新北市國小教師的生活型態分為家庭中心取向、保守穩定取向、健康生活取向、自信領導取向、社交人際取向、流行時尚取向等六種。研究中發現新北市國小教師生活型態現況會因性別、年齡、職務、婚姻及子女狀況、服務年資不同而有所差異。 |

資料來源：本研究整理

根據上述文獻得知，藉由生活型態來研究個體行為時，可利用生活型態變數作為分群基礎，將研究對象分成數個不同的生活型態集群，再比較各集群在其它變數或行為上之差異。

(二) 背景變項與生活型態之相關分析

本研究針對國內教師個人背景變項與生活型態之相關研究結果做分析探討，結果分述如下：

1. 性別

朱倣儀(2003)研究不同性別之國中教師在各生活型態的取向上有顯著差異，獲得部份支持。研究中發現，女性國

中教師較傾向於知識取向及家庭取向的生活型態，而男性國中教師則較傾向於運動健康取向的生活型態。

男性大學教師較女性大學教師傾向於「運動放鬆者」(蘇可欣，2005)。

不同性別之桃園縣國小教師在家庭中心、流行時尚、運動健康等生活型態取向上有著顯著差異(游錫霖，2009)。

不同性別在休閒生活型態上，有喜好運動者、網路娛樂者、人際導向者三者達顯著水準，其結果都是男生優於女生(何慶燕，2010)。

梁畢玲(2006)、楊馥如(2011)研究發現不同性別的教師在整體的生活型態上無顯著差異。

許多研究發現性別會造成生活型態上的差異，例如男性較傾向運動健康取向(朱俶儀，2003；蘇可欣，2005)。但也有研究者認為不同性別變項的教師在整體的生活型態沒有顯著差異(梁畢玲，2006；楊馥如，2011)。本研究將就性別變項針對嘉義縣國中教師之生活型態加以探討。

2. 年齡

朱俶儀(2003)研究發現，年齡在31歲以上的國中教師較30歲以下者更傾向家庭取向的生活型態；年齡在41歲以上的國中教師則較40歲以下者更傾向保守取向及運動健康傾向的生活型態；而年齡在30歲以下的國中教師較41~50歲者更傾向於流行取向及自信領導取向的生活型態。綜合上述分析結果可知，不同年齡的國中教師在保守取向、自信領導取向、流行取向、家庭取向及運動健康取向等生活型態取向上有顯著差異。

何慶燕(2010)研究發現不同年齡在「喜好運動者」、

「工作為樂者」、「網路遊樂者」、「人際導向者」有顯著差異，年齡51歲以上在「喜好運動者」取向上優於31~40歲；41~50歲在「工作為樂者」取向上優於30歲(含)以下；30歲(含)以下在「網路遊樂者」取向上皆優於31歲以上者，而31~40歲則優於41歲以上者；30歲(含)以下與41~50歲在「人際導向者」取向上皆優於31~40歲。

蘇可欣(2005)、梁畢玲(2006)、楊馥如(2011)等人研究發現不同年齡變項的教師在整體的生活型態沒有顯著差異。

綜上研究所述，有研究者發現年齡的差距會造成生活型態上的差異，例如年長者較傾向運動健康取向(朱倬儀，2003；何慶燕，2010)；年青人則較傾向流行、人際取向(朱倬儀，2003；何慶燕，2010)，但也有研究者認為不同年齡變項的教師在整體的生活型態沒有顯著差異(蘇可欣，2005；楊馥如，2011)。本研究將就年齡變項針對嘉義縣國中教師之生活型態加以探討。

3.服務年資

梁畢玲(2006)研究發現不同任教職年資之國小教師在「生活型態」整體及「家庭中心」、「健康休閒」、「自信社交」、「流行時尚」各層面皆有顯著差異。在「家庭中心」層面上任教職11年以上的國小教師高於任教職5年以下的國小教師；「自信社交」層面方面任教職21年以上的國小教師高於任教職5-10年的國小教師；「流行時尚」層面方面任教職5年以下的國小教師高於任教職6年以上的國小教師。

何慶燕(2010)研究發現服務年資21~30年在「喜好運動者」方面優於20年以上者；21~30年在「工作為樂者」取

向上優於1~10年；服務年資1~10年在「網路娛樂者」方面皆優於11年以上者；「人際導向」方面服務年資21~30年則優於20年以下者。

楊馥如（2011）研究發現不同服務年資的教師在整體的生活型態有顯著差異，服務年資11~15年比5年以下的教師更傾向於家庭中心取向的生活型態；服務年資26年以上比15年以下的教師更傾向於健康生活取向的生活型態；服務年資26年以上比10年以下的教師更傾向於保守穩定取向的生活型態。

綜上所述，發現服務年資的差距會造成生活型態上的差異，例如年資高者較傾向家庭中心、自信社交取向（梁畢玲，2006；何慶燕，2010）；年資低者則較傾向流行、網路娛樂（梁畢玲，2006；何慶燕，2010），但也有研究者認為不同服務年資變項的教師在整體的生活型態沒有顯著差異（蘇可欣，2005）。本研究將就服務年資變項針對嘉義縣國中教師之生活型態加以探討。

4. 學歷

蘇可欣（2005）、梁畢玲（2006）研究結果顯示不同學歷的國小教師在「生活型態」整體上無顯著差異，但在張淑靜（2006）的研究中是有差異的，故本研究將進一步探討之。

5. 職務

梁畢玲（2006）、楊馥如（2011）研究發現不同學校職務之教師在「生活型態」整體層面上無顯著差異。

何慶燕（2010）研究發現不同職務在休閒生活型態6項因素上，在「喜好運動者」方面行政人員優於導師；在「網路娛樂者」方面發現專任老師優於導師；而在「人際導向」方

面，行政人員則優於導師。

綜上研究所述，發現不同的職務在生活型態整體層面上並無一致看法，故本研究將進一步探討之。

6. 婚姻狀況

游錫霖（2009）研究發現不同婚姻狀況的桃園縣國小教師在家庭中心、流行時尚等生活型態取向上有顯著的差異。

何慶燕（2010）研究發現不同婚姻狀況在休閒生活型態6項因素上，未婚教師「工作為樂者」方面優於已婚教師；未婚教師在「戶外遊憩者」方面優於已婚教師；已婚教師在「網路娛樂者」方面則優於未婚教師。

朱倣儀（2003）研究發現，已婚的國中教師較傾向於家庭取向、保守取向、知識取向及運動健康的生活型態，而未婚的國中教師則較傾向流行取向及自信領導取向的生活型態。

研究顯示，有無婚姻關係通常會造成生活型態上的差異，例如未婚者較傾向追求流行取向；已婚者則較傾向家庭、健康知識、保守等取向（朱倣儀，2003；梁畢玲，2006），但也有研究者認為不同婚姻狀況的教師在整體的生活型態沒有顯著差異（蘇可欣，2005；梁畢玲，2006；楊馥如，2011）。因此本研究將就婚姻狀況針對嘉義縣國中教師之生活型態加以探討。

7. 家庭狀況

研究發現不同家庭狀況之大學教師在「生活型態」整體層面上無顯著差異（蘇可欣，2005）。

8. 學校規模

研究發現不同學校規模之國小教師在「生活型態」整體層面上無顯著差異（鄭熙彥，1987；梁畢玲，2006）。

表 2-1-5

人口背景變項與生活型態之相關研究彙整表

| 作者 (年代) | 研究對象 | 性別 差異 | | 年齡 差異 | | 年資 差異 | | 學歷 差異 | | 職務 差異 | | 婚姻 狀況 差異 | | 家庭 狀況 | | 學校 規模 差異 | |
|---------------|-------------|----------|---|----------|---|----------|---|----------|---|----------|---|----------------|---|----------|---|----------------|---|
| | | 有 | 無 | 有 | 無 | 有 | 無 | 有 | 無 | 有 | 無 | 有 | 無 | 有 | 無 | 有 | 無 |
| 鄭熙彥 (1987) | 國小 教師 | ◎ | | ◎ | | ◎ | | | | ◎ | | | | | | | ◎ |
| 朱倣儀 (2003) | 國中 教師 | ◎ | | ◎ | | | | | | | | ◎ | | | | | |
| 蘇可欣 (2005) | 大學 教師 | ◎ | | | ◎ | | ◎ | | ◎ | | | | ◎ | | ◎ | | |
| 張淑靜 (2006) | 台北市 國小教師 | ◎ | | ◎ | | ◎ | | | ◎ | | | | ◎ | | | | |
| 梁畢玲 (2006) | 高雄市 國小教師 | | ◎ | | ◎ | ◎ | | | ◎ | | | ◎ | | ◎ | | | ◎ |
| 游錫霖 (2009) | 桃園縣 國小教師 | ◎ | | ◎ | | | | | | ◎ | | | ◎ | | | | |
| 何慶燕 (2010) | 台南縣國 中教師 | ◎ | | ◎ | | ◎ | | | | ◎ | | | ◎ | | | | |
| 楊馥如 (2011) | 新北市 國小教師 | | ◎ | | ◎ | ◎ | | | | | | ◎ | | ◎ | | | |

資料來源：本研究整理

綜合以上學者之研究可發現，生活型態可能會因受試者不同性別、年齡、服務年資、學歷、職務、婚姻狀況、家庭狀況、學校規模等因素影響之下而有所差異。因此本研究將探討嘉義縣教師在生活型態方面是否也有此差異存在。

第二節 休閒涉入

「涉入」(involvement) 乃一運用相當廣泛之多元化概念，早期常被運用於消費者行為之探討及個人態度之衡量，但自從民國 87 年政府施行隔週休二日、民國 90 年正式推行公務人員週休二日之後，隨著國人空閒時間增加，對休閒活動之參與日益受到重視，因此學者們對休閒、遊憩領域之探討文獻也相當多，休閒涉入(leisure involvement)之概念開始受到大眾的重視。本節就休閒涉入之定義、衡量構面及相關研究等文獻進行探討。

一、休閒涉入定義

涉入亦有研究者將其譯為「投入」，通常是用來探討個人在某些特殊活動或情境下的所投入之程度。「涉入」(involvement)一詞的概念是來自社會心理學之社會判斷理論(social judgment theory)。社會判斷理論認為：涉入是種態度的概念，在個人與社會環境之互動過程中產生，理論中指出若個體對某一事件的自我涉入(ego involvement)程度越高，則其對相關事物的定見越深，接受相反意見的空間越小(張良漢，2006)。涉入為個體與休閒活動、遊憩相關設施與產品間，經特定的刺激或情境所喚起之無法察覺的動機或感興趣之心理狀態(Havitz & Dimanche,1997)，涉入可以用來了解個人對某一行為之情感連結以及後續參與的態度。因此，在休閒遊憩領域中，涉入被當作用來瞭解休閒行為的一種重要方法(Wiley, Shaw & Havitz,2000)。

Selin 與 Howard (1988) 整合了自我涉入與休閒相關研究後，休閒涉入才引起了休閒界廣泛的注意和興趣，因為早

期休閒涉入多被運用於廣告學、行銷學或是消費者行為的研究領域中。

Selin 與 Howard (1988) 認為休閒涉入是指遊客參與休閒活動時所獲得的愉悅與自我表現之程度。在 Havitz 與 Dimanche (1990) 的研究中，休閒涉入是指被特定的刺激或情境所引發，對某一活動產生無法察覺的動機、激勵及興趣的心理狀態。Wiley, Shaw 與 Havitz (2000) 認為休閒涉入為個人在從事特別的休閒活動時所投入之程度，休閒涉入亦是一種讓參與者本身對休閒活動持續參與的態度。蔡巧玲 (2005) 指出休閒涉入乃個人喜愛其所參與之活動時所表現出關心與投入的一種心理狀態。以參與休閒活動來說，當個人喜愛此活動，在持續參與的過程中感到愉悅、快樂，且知覺到活動的重要性，涉入即因此被引發。在王慶田 (2009) 研究中指出休閒涉入為個人利用閒暇或空閒的時間，藉由有益之身體活動或運動項目的實施，在自由自在的情境下，獲得身心平衡發展並達到休閒娛樂的效果。以下茲將各學者對休閒涉入定義之看法彙整如表 2-2-1：

表 2-2-1

休閒涉入之定義

| 學者(年代) | 定義 |
|----------------------------------|---|
| Engel, Blackwell & Miniard(1995) | 涉入是指在特定情境中，經由刺激引起個人知覺的重要程度。 |
| Havitz & Dimanche(1999) | 休閒涉入為個體面對遊憩活動或是休閒相關產品時，一種被特定情境所引發、驅動，無法觀察出動機、興趣的心理狀態。 |

(續下頁)

| 學者(年代) | 定義 |
|----------------------------|---|
| Wiley, Shaw & Havitz(2000) | 休閒涉入為個人在從事特別的休閒活動時所投入之程度，休閒涉入亦是一種讓參與者本身對休閒活動持續參與的態度。 |
| 劉盈足 (2005) | 休閒涉入是屬於外在行為的參與情形，乃個人在參與休閒活動時所投入的時間、金錢以及相關設備等。此外，休閒涉入也是個人與遊憩活動間的一種覺醒或感興趣的狀態，當參與者涉入程度有差異時，其外在行為的表現與內在心理的動機皆會有所不同。 |
| 蔡巧玲 (2005) | 休閒涉入乃個人喜愛其所參與之活動時所表現出關心與投入的一種心理狀態。所以參與休閒活動來說，當個人喜愛此活動，在持續參與的過程中感到愉悅、快樂，且知覺到活動的重要性，涉入即因此被引發。 |
| 蔡樹芬、葉源鎰 (2006) | 休閒涉入為個人對於各個休閒活動所表現出來的參與程度。 |
| 沈進成、曾慈慧、林映秀 (2008) | 休閒涉入可藉由活動表現自我的程度及某個活動與個人生活網所產生之連結程度。 |
| 王慶田 (2009) | 休閒涉入為個人利用閒暇或空閒的時間，藉由有益之身體活動或運動項目的實施，在自由自在的情境下，獲得身心平衡發展並達到休閒娛樂的效果。 |
| 王育文、張國振 (2010) | 休閒涉入(invovement)是一種對事務或活動的用心態度，包含心理、行為的層面，進而獲得自我的需求。 |

(續下頁)

| 學者(年代) | 定義 |
|-------------------|-----------------------------|
| 張智傑、李城忠 (2010) | 休閒涉入意指個人對某項事物所感覺的攸關程度。 |
| 蘇慧慈(2011) | 休閒涉入為各族群參加六堆嘉年華之相關活動的深度或程度。 |

資料來源：本研究整理

由各學者對休閒涉入之看法得知，可藉休閒涉入來衡量個體對某一活動所投入的態度，為個體對某一休閒活動之持續參與、關注或投入的程度，及其和休閒活動所產生的連結程度。連結程度若越高，則代表涉入程度越深。此外，藉由參與休閒活動，將可激發個體產生刺激、興趣之感受。綜合上述文獻之探討，本研究將休閒涉入定義為「教師對休閒活動關注、重視及持續參與時的投入程度」。

二、休閒涉入衡量構面

McIntyre (1989) 提出涉入的概念亦適用於休閒遊憩領域，他指出當人們在參與過程中得到愉悅，且將活動視為具有自我意涵、重要的且成為其休閒生活中心時，參與者對活動的涉入於焉產生。

McIntyre 與 Pigram (1992) 整合過去相關研究，認為個體會因情感因素，而做出不同的選擇，因此發展出休閒涉入量表，將休閒涉入分為吸引力(attraction)、自我表現(self-expression)、生活中心性(centrality to lifestyle)等三個構面，並依此做為衡量工具，且至今仍廣泛被運用在相關研究中。

依據 Kyle 與 Chick (2002) 之論述，將此三構面的意涵分述如下：

- (1)吸引力 (attraction): 意指個體所感知到活動的重要性及參與活動後所帶來之愉悅感。
- (2)自我表現 (self-expression): 等同象徵價值, 即個體參與休閒活動時所展現之個人風格與特性。
- (3)生活中心性 (centrality to lifestyle): 範圍涵蓋活動及社交圈 (如家人或朋友), 是指休閒活動與個體生活之相關性, 並在個體生活中扮演重要的角色。

此外, Dimanche, Havitz 與 Howard (1991) 在其遊憩活動休閒涉入之研究中則將休閒涉入分為重要愉悅性、象徵性及風險結果、風險可能等四構面來進行研究。Laurent 與 Kapferer (1985) 在其 CIP 量表 (Consumer Involvement Profile, CIP) 中, 共分成重要性 (Importance)、愉悅價值 (Pleasure value)、象徵價值 (Symbolic)、風險結果 (Risk consequences) 和風險可能性 (Risk probability) 等五個構面。Kim, Scott & Crompton (1997) 在探討賞鳥行為之研究中, 將休閒涉入分為重要愉悅性、風險知覺、象徵價值等三個構面。張家銘、林麗娟、張良漢 (2007) 在探討國小學童休閒涉入的研究中則參考 Havitz 與 Mannell (2005) 涉入程度之量表共分為吸引力 (attraction)、徵兆 (sign)、風險的結果 (risk consequence)、風險的可能性 (risk probability) 等四個構面。王慶田 (2009) 則依據 McIntyre 與 Pigram (1992) 發展出的休閒涉入量表並依吸引力、生活型態中心性及自我表現三個構面, 將其改編為適合研究國小教師之休閒涉入的測量工具。張智傑、李城忠 (2010) 依據 Kyle 與 Mowen (2005) 應用在遊憩及觀光活動之休閒涉入量表的論點, 修改後以吸引力、自我表現及生活型態的中心性三個構面作為衡量基準。

陳耕毓（2008）在其研究中亦是採用吸引力、中心性與自我表現等三個構面，藉此瞭解不同衝浪者之涉入程度，進而比較他們在消費決策上之差異。以下將有關休閒涉入衡量之相關構面整理如表 2-2-2：

表 2-2-2

休閒涉入衡量構面彙整表

| | 吸 引 力 | 自 我 表 現 | 生 活 中 心 性 | 重 要 性 | 愉 悅 性 | 象 徵 性 | 風 險 知 覺 | |
|-------------------------------------|-------------|------------------|-----------------------|-------------|-------------|-------------|------------------|------------------|
| | | | | | | | 風 險 結 果 | 風 險 可 能 |
| Laurent & Kapferer (1985) | | | | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ |
| McIntyre & Pigram (1992) | ✓ | ✓ | ✓ | | | | | |
| Dimanche, Havitz & Howard (1991) | | | | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ |
| Kim, Scott & Crompton (1997) | | | | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ |
| Willey, Shaw & Havitz (2000) | ✓ | ✓ | ✓ | | | | | |
| 劉盈足 (2005) | | | | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ |
| 翁士軒 (2007) | ✓ | ✓ | ✓ | | | | | |
| 張家銘、林麗娟、 張良漢 (2007) | ✓ | | | | | ✓ | ✓ | ✓ |
| 陳耕毓 (2008) | ✓ | ✓ | ✓ | | | | | |
| 王慶田 (2009) | ✓ | ✓ | ✓ | | | | | |

(續下頁)

| | 吸 引 力 | 自 我 表 現 | 生 活 中 心 性 | 重 要 性 | 愉 悅 性 | 象 徵 性 | 風 險 知 覺 | |
|------------------------|-------------|------------------|-----------------------|-------------|-------------|-------------|------------------|------------------|
| | | | | | | | 風 險 結 果 | 風 險 可 能 |
| 張智傑、李城忠 (2010) | ✓ | ✓ | ✓ | | | | | |
| 江雯晴、畢璐鑾、 郭正德 (2011) | ✓ | ✓ | ✓ | | | | | |

資料來源：本研究整理

根據文獻探討之結果發現，多數研究者 (Willey, Shaw & Havitz, 2000; 翁士軒, 2007; 王慶田, 2009; 張智傑、李城忠, 2010; 江雯晴、畢璐鑾、郭正德, 2011) 以 McIntyre 與 Pigram (1992) 之休閒涉入三構面為研究採用之構面及參考依據，且 Wiley, Shaw 與 Havitz (2000) 認為當個人參與某項特別的休閒活動時，吸引力、中心性與自我表現這三個構面的確能測量涉入的效益，亦即此項休閒活動在個人的生命脈絡中具有相當價值或情感的意義。因此，本研究將參考 McIntyre 與 Pigram (1992) 之休閒涉入構面分類，將休閒涉入之衡量構面分為吸引力、自我表現以及生活中心性等三大構面。

三、休閒涉入之相關研究

(一) 國內休閒涉入相關研究

收集了許多學者之研究，發現有關休閒涉入之研究很多，其研究之母群體也相當多樣化，茲將國內有關休閒涉入之相關研究整理如表 2-2-3：

表 2-2-3

國內學者對休閒涉入之相關研究

| 學者 (年代) | 研究題目 | 研究對象 | 研究發現 |
|---------------|---|----------------------|--|
| 劉盈足 (2005) | 公務員週末 之休閒涉入 與其休閒滿 意度關係之 探討—以彰 化地區鄉鎮 市公所為例 | 彰化縣市之 鄉鎮公所公 務員 | 研究中將休閒涉入分為行為 涉入與社會心理涉入兩個層 面。 1. 不同婚姻狀況、家庭生命週 期及個人所得在行為涉入 上皆有顯著差異。 2. 不同性別、家庭生命週期及 教育狀況在社會心理涉入 上皆有顯著差異。 |
| 胡琇雲 (2008) | 十七公里海 岸線之遊客 生活型態對 休閒涉入、 休閒體驗與 滿意度影響 關係之研究 | 十七公里海 岸線遊客 | 生活型態對休閒涉入、休閒體 驗與滿意度具有正向且顯著 相關。 休閒涉入採五構面來衡量，分 別為：吸引力、中心性、社會 聯繫、自我肯定與自我表現。 |
| 王慶田 (2009) | 國小教師休 閒涉入、休 閒效益及幸 福感之研究 | 台南縣 國小教 師 | 休閒涉入之探討包含吸引 力、生活型態的中心性及自我 表現等三個構面。休閒涉入的 研究結果為不同性別及擔任 不同職務者達顯著差異。 |
| 李曉韻 (2010) | 私立技職校 院職員工休 閒涉入與工 作績效之研 究—以美和 技術學院為 例 | 美和技 術學院 職員工 | 私立技職校院職員工在休閒 涉入的整體表現上，第一為 「吸引力」，第二為「生活重 心」，第三為「自我表現」。不 同性別背景變項達顯著差異。 |

(續下頁)

| 學者 (年代) | 研究題目 | 研究對象 | 研究發現 |
|---------------|--------------------------|------------------|---|
| 蘇慧慈 (2011) | 六堆嘉年華參與者休閒涉入、休閒體驗滿意之相關研究 | 2011年六堆客家運動會之參與者 | 六堆運動會暨嘉年華會參與者在休閒涉入向度分為「重要性」、「愉悅性」、「中心性」。六堆運動會暨嘉年華會參與者之休閒涉入與休閒體驗皆呈現正相關。 |
| 韋強善 (2011) | 軍訓教官休閒涉入及休閑滿意之研究 | 新北市高中職軍校之教官人員 | 研究中將休閒涉入分為「重要性」、「愉悅價值」、「象徵價值」、「風險可能」與「風險結果」等構面。僅不同學歷之軍訓教官在休閒涉入的象徵價值上有所差異。 |

資料來源：本研究整理

(二) 背景變項與休閒涉入之相關分析

本研究針對個人背景變項與休閒涉入之相關研究結果做分析探討，結果分述如下：

1. 性別

王慶田（2009）研究發現不同性別之台南縣國小教師在休閒涉入方面達顯著差異，且男性教師顯著高於女性教師。李曉韻（2010）研究中發現男性私立技職校院職員工，在「生活重心」構面上高於女性。但也有研究發現性別並不影響休閒涉入之感受（陳耕毓，2008；韋強善，2011）。

綜合以上學者之研究，休閒涉入在性別之差異性研究上並無一致看法，故本研究將進一步探討。

2. 年齡

年齡對休閒涉入均未達顯著差異（陳耕毓，2008；王慶田，2009；李曉韻，2010；韋強善，2011）。

以上學者之研究皆顯示休閒涉入在年齡之差異性研究上並無顯著差異，故本研究將進一步探討嘉義縣國中教師是否也是如此。

3.服務年資

不同的服務年資對於休閒涉入均未達顯著差異（王慶田，2009；李曉韻，2010；韋強善，2011）。

以上學者之研究皆顯示休閒涉入在服務年資之差異性研究上並無顯著差異，故本研究將進一步探討嘉義縣國中教師是否也是如此。

4.學歷

不同的教育程度對於休閒涉入均未達顯著差異（王慶田，2009；李曉韻，2010）。但韋強善（2011）在其研究發現不同學歷之軍訓教官在休閒涉入的象徵價值有所差異。大學（含比照）學歷的軍訓教官比正規班、軍事指參及研究所（含以上）的軍訓教官有更明顯的感受。陳耕毓（2008）的研究中亦發現不同學歷的衝浪者在休閒涉入上是有顯著差異的。

綜合以上學者之研究，休閒涉入在學歷之差異性研究上並無一致看法，故本研究將進一步探討。

5.職務

王慶田（2009）研究顯示擔任不同職務會影響國小教師休閒涉入的情形。在「生活型態的中心性」、「自我表現」與「整體」中，教師兼主任教師均顯著高於教師兼組長教師與級任導師。但也有研究顯示不同職務者，在休閒涉入上沒有顯著差異（李曉韻，2010；韋強善，2011）。

綜合以上學者之研究，休閒涉入在職務之差異性研究上並無一致看法，故本研究將進一步探討。

6. 婚姻狀況

不同的婚姻狀況，在休閒涉入方面均未達顯著水準（王慶田，2009；李曉韻，2010；韋強善 2011）。

以上學者之研究皆顯示，休閒涉入在婚姻狀況之差異性研究上並無顯著差異，故本研究將進一步探討嘉義縣國中教師是否也是如此。

表 2-2-4

人口背景變項與休閒涉入之相關研究彙整表

| 作者 (年代) | 研究對象 | 性別 差異 | | 年齡 差異 | | 年資 差異 | | 學歷 差異 | | 職務 差異 | | 婚姻 狀況 差異 | |
|---------------|------------------|----------|---|----------|---|----------|---|----------|---|----------|---|----------------|---|
| | | 有 | 無 | 有 | 無 | 有 | 無 | 有 | 無 | 有 | 無 | 有 | 無 |
| 陳耕毓 (2008) | 衝浪者 | | ◎ | | ◎ | | | | ◎ | | | | |
| 王慶田 (2009) | 台南縣 國小教師 | ◎ | | | ◎ | | ◎ | | ◎ | ◎ | | | ◎ |
| 李曉韻 (2010) | 美和技術學院 職員工 | ◎ | | | ◎ | | ◎ | | ◎ | | ◎ | | ◎ |
| 韋強善 (2011) | 新北市高中職 校之軍訓教官 | | ◎ | | ◎ | | ◎ | ◎ | | | ◎ | | ◎ |

資料來源：本研究整理

綜合以上學者之研究可發現，休閒涉入可能會因受試者不同性別、年齡、服務年資、學歷、職務、婚姻狀況等因素影響之下而有所差異。因此本研究將探討嘉義縣教師在休閒涉入方面是否也有此差異存在。

第三節 工作績效

績效(performance)乃是指達成組織特定目標的程度，為工作表現的一種衡量 (Brouthers, 2002)，因此個人之工作績效，向來是研究組織行為最重要的依據。個人為組織之一分子，員工的工作績效與組織績效息息相關，個人績效表現往往會影響組織整體績效，因此組織平日最關心的就是員工個人的工作績效，因其在工作上的表現，將會影響組織的營運成果 (陳旭播, 2000)。本節就工作績效之定義、衡量構面及相關研究等文獻進行探討。

一、工作績效定義

Borman 與 Motowidlo (1993) 將工作績效定義為所有與組織目標有關的行為，此行為可依個體對組織目標貢獻度的高低予以測量。Campbell (1990) 認為工作績效係個人在工作中欲完成組織期望、規定或正式化的角色需求時，所表現出來對組織有貢獻的行為。Byars 與 Rue (1994) 認為工作績效是員工努力的淨效果，指的是員工為完成組織目標所表現的成果之質與量。而 Schermerhorn, Hunt 與 Osborn (1999) 指出工作績效乃在組織中工作的個人或團體所表現之任務達成的質與量。因此，工作績效可藉由員工的行為面和任務的結果面來加以衡量。Kane (1976) 亦認為工作績效乃員工在某一段特定時間裡，執行工作時所達成的工作結果。

蘇義祥 (1999) 在其研究中指出工作績效乃個人在工作上之貢獻價值、工作之質或量，亦即員工的生產力，若員工具高生產力，則組織整體經營績效高。陳旭播 (2000) 指出工作績效乃員工在工作上之表現，此表現將對組織營運成果

有所影響。孫本初（2001）認為工作績效則是個人在工作上所貢獻之價值、工作品質或數量；員工之工作績效可藉由其工作成果之質與量以及目標的達成度來加以評斷。

朱明謙（2001）認為工作績效乃是個人為了對組織目標有所貢獻，在工作中所從事的一切行為，並可針對貢獻度加以測量及評估。林菁真、王淑治、甘唐沖、滕中璋（2008）則認為工作績效代表員工為了對組織目標能有所貢獻，在工作中所從事的一切行為，並可對這些行為加以測量及評估。何睦美、王博誼（2009）指出工作績效即為個人在工作上之貢獻、效率或任務完成度，乃因工作而衍生出的價值。以下茲將工作績效定義彙整如表 2-3-1。

表 2-3-1

工作績效之定義

| 學者(年代) | 定義 |
|-------------------------------|--|
| Venkatraman & Ramanujam(1986) | 工作績效可從三方面衡量： 1.財務績效乃達成企業經濟目標的程度。 2.事業績效為財務績效與作業績效之總合。 3.組織效能包含達成組織各種相互衝突之目標，以及各種關係人之目標滿足。 |
| Campbell(1990) | 工作績效係個人在工作中欲完成組織期望、規定或正式化的角色需求時，所表現出來對組織有貢獻的行為。 |
| Borman & Motowidlo (1993) | 工作績效之定義為與組織目標有關的一切行為，且可依個體對組織目標貢獻度的高低加以衡量此行為。 |

(續下頁)

| 學者(年代) | 定義 |
|-----------------------------------|--|
| Byars & Rue(1994) | 績效指的是在組織中員工實現工作的程度，可用來衡量、評估員工目前工作表現的情況。 |
| Schermerhorn, Hunt & Osborn(1999) | 工作績效乃在組織中工作的個人或團體所表現之任務達成的質與量。因此，工作績效可藉由員工的行為面和任務的結果面來加以衡量。 |
| 蘇義祥 (1999) | 工作績效乃個人在工作上之貢獻價值、工作之質或量，亦即員工的生產力，若員工具高生產力，則組織整體經營績效高。 |
| 陳旭播 (2000) | 工作績效乃員工在工作上之表現，此表現將對組織營運成果有所影響。 |
| 孫本初 (2001) | 工作績效則是個人在工作上所貢獻之價值、工作品質或數量；員工之工作績效可藉由其工作成果之質與量以及目標的達成度來加以評斷。 |
| 林澄貴 (2001) | 工作績效是指員工於某特定期間內，執行工作時所達成結果的紀錄，或達成目標的效益。 |
| 于家琪 (2005) | 工作績效乃是員工在某一特定期間內，工作執行時所達成結果的紀錄。 |
| 蔡雅竹 (2006) | 績效是組織內某一項規劃或執行方案，其目標達成的程度，或對某一特定目標達成程度的評估值；而工作績效就是員工在工作上的表現。 |

(續下頁)

| 學者(年代) | 定義 |
|------------------------|---|
| 許南雄 (2006) | 工作績效是指各機構朝向組織目標或遠景的總生產力與成果，也是組織中員工個人或團體的工作成果，狹義的說，就是員工的生產力。 |
| 李正鏞 (2007) | 員工有能力在特定期間內，完成其職務上各項工作目標的行為表現，且此個人之行為表現必須對其所屬組織之目標有所貢獻。 |
| 林菁真、王淑治、甘唐沖、滕中璋 (2008) | 工作績效代表員工為了對組織目標能有所貢獻，在工作中所從事的一切行為，並可對這些行為加以測量及評估。 |
| 何睦美、王博誼 (2009) | 工作績效即為個人在工作上之貢獻、效率或任務完成度，乃因工作而衍生出的價值 |

資料來源：本研究整理

綜整上述探討，工作績效乃個人為完成組織所期望、規定的目標時，所表現出的行為，在其職務上就是個人各項工作目標的達成度，而此工作績效可依其對組織目標的貢獻程度高低給予量測。因此本研究將工作績效定義為「教師在執行其學校任務時，整體工作表現的衡量結果」。

二、工作績效衡量構面

工作績效衡量的方式非常多，余德成(1996)在研究結果中指出，一般學者對於工作績效多採用二因素分類模式，例如，角色內行為和角色外行為，以及任務績效和情境績效。茲將此些分類模式分述如下。

Katz 與 Kahn(1978)在其研究中將工作績效分為角色內行為與角色外行為兩種類型加以探討。角色內行為指的是

正式或體制內所規範的行為，組織會針對工作項目訂出標準，角色內行為將依此標準進行評估，其直接與工作報酬和前程動向發生關聯；而角色外行為涵蓋的層面較廣，在組織無正式規範，可視為員工自由心證的一種行為或表現，乃對組織運作效率與效能的自發性表現，非組織正式的酬償制度（陳在縣，2012）。

Campbell (1990) 則以個別工作為分析對象，就個人工作者的立場，以任務精熟的概念，將工作績效範圍分為：特殊工作的任務熟練與非特殊工作的任務熟練。

Borman 與 Motowidlo (1993) 根據 Campbell (1990) 的研究架構發展出另外一種分類工作績效的方法，他們將工作績效區分為任務績效 (Task Performance) 與情境績效 (Contextual Performance)。Motowidlo & Van Scotter (1994) 認為所謂任務績效是指個人在工作上的結果，而此結果與組織所期望或指定的任務相關，判斷的標準在於工作結果是否合乎正式角色對個人的要求。余德成 (1996) 對任務績效的看法為「工作者在自身工作範圍內的活動所表現出的熟練度，並能對組織技術核心有所貢獻，其可透過個人直接執行技術性程序，或間接提供技術程序所需要的材料或服務予以衡量」。至於情境績效，Borman & Motowidlo (1997) 認為其所涵蓋的範圍較廣，它不直接支持組織技術核心，相對地較支持一般性組織的、社會的與心理的環境，包含自願執行並完成非正式任務活動的工作、主動協助同事、遵循組織規章、支持和保護組織目標、為完成任務活動展現出的熱情與努力等。因此，脈絡績效的衡量包括自願承擔原本不屬於自己任務範圍內的工作、堅持達成任務的熱誠、能與同事合作

並協助其共同完成任務、以及能自動在非正式場合贊同、支持與防衛組織目標（余德成，1996）。此工作績效衡量構面將有助於真正全面性評估個人之工作行為及結果，以教師此項工作為例，教師工作除了課堂教學及設計課程等任務績效之外，願意分享其專業給其他教師同仁、遵循組織規範、努力達成學校願景亦是必須加以評估之情境績效。以下將有關工作績效衡量之相關構面整理如表 2-3-2。

表 2-3-2

工作績效衡量之相關構面彙整表

| 學者(年代) | 構面 |
|-------------------------------|----------------------|
| Katz & Kahn(1978) | 角色內行為與角色外行為 |
| Venkatraman & Ramanujam(1986) | 財務績效、企業績效、組織效能 |
| Borman & Motowidlo(1993) | 任務績效與情境績效 |
| Motowidlo & Van Scotter(1994) | 任務績效與情境績效 |
| Robbins(1998) | 員工的工作成果、員工的工作行為、員工特質 |
| 余德成(1996) | 任務績效與情境績效 |
| 林澄貴(2001) | 任務績效與情境績效 |
| 侯世敏(2006) | 工作品質、工作能力、工作熱忱與創新 |

(續下頁)

| 學者(年代) | 構面 |
|-----------------------|-----------|
| 池進通、李鴻文、 陳芬儀(2008) | 任務績效與情境績效 |
| 張哲嘉(2012) | 任務績效與情境績效 |
| 李政謙(2012) | 任務績效與情境績效 |

資料來源:本研究整理

從上述可發現各學者對工作績效的衡量構面之看法不同，由於本研究主要探討教師生活型態、休閒涉入對工作績效之影響，除任務績效外，教師願意將其專業和教師同仁們分享、遵循學校規範、努力達成學校願景，此一種自由心證的行為或表現亦是學校組織經營能否成功的一項重要關鍵。

Motowidlo 與 Van Scotter (1994) 在其以美國空軍機械師為研究對象的研究中證實了區分任務績效與情境績效是有意義的，因為其可以獨立地衡量個人在組織內全面價值之貢獻(池進通、李鴻文、陳芬儀，2008)。因此本研究將以 Borman 與 Motowidlo (1993) 的工作績效分類方法為基礎，將工作績效區分為任務績效與情境績效，藉以探討教師生活型態與休閒涉入對工作績效之影響。

一般而言，績效評量可採自評或他人評量方式來進行考量，雖然員工可能會高估自己的工作績效，但因人們經常都能認識、了解自己的長處與弱點，並能正確的做出評估，因此自我評估的月暈效果較小(葉椒椒，1995)。因此，本研究是採用自評的方式，由國民中學教師自行評估其工作績效。

三、工作績效之相關研究

(一) 國內工作績效相關研究

收集了許多學者之研究，發現有關工作績效之研究很多，其研究之母群體也相當多樣化，茲將國內有關工作績效之相關研究整理如表 2-3-3：

表 2-3-3

國內學者對工作績效之相關研究

| 學者 (年代) | 研究題目 | 研究對象 | 研究發現 |
|---------------|-----------------------------------|-------------|---|
| 朱明謙 (2001) | 高科技產業從業人員休閒行為、工作壓力與工作績效之研究 | 高科技產業從業人員 | 高科技人員的工作績效高於中間值，且不同年齡、工作部門、工作職務、婚姻狀況、子女人數、工作地點、通勤時間以及每月平均薪資之工作績效會有顯著差異。 |
| 張貴米 (2007) | 國立特殊教育學校生活品質與工作績效相關之研究 | 國立特殊教育學校教師 | 教師在工作績效方面普遍呈現高績效狀態。教師因不同年齡、婚姻狀況、教育程度及任教年資而有顯著差異性，因不同性別及任教部別則無顯著差異性。 |
| 林志華 (2008) | 高雄縣國小兼任行政職務教師人格特質、工作滿意度與工作績效關係之研究 | 高雄縣兼任行政職務教師 | 研究發現高雄縣國小兼任行政職務教師不同性別、年齡、婚姻、學歷、職務及學校規模等在工作績效上，均有顯著差異。 |

(續下頁)

| 學者 (年代) | 研究題目 | 研究對象 | 研究發現 |
|-------------------------------|---|---------------------|--|
| 洪盟財 (2008) | 虛擬知識社群 與組織學習對 台中縣中小學 資訊人員之影響 | 台中縣 公立及國民 中小學 | 服務年資及服務學校學 區位置(都會及鄉鎮優 於偏遠地區)此兩項背 景變項對台中縣中小學 資訊人員的影響，但影響不 大。 |
| 王健仲 (2009) | 國小教師專業 發展評鑑知覺之 對工作績效一以 實證研究中地區 台灣中部學校為例 | 中部地 區國小 教師 | 整體工作績效屬中上程 度，工作績效與性別、及 擔任職務、學校規模顯著 服務縣市不同與學歷、服務 差異；而與無顯著差異。 |
| 吳軒瑤、 吳福源、 陳佑綺 (2009) | 國小教師工作 動機與績效之 調查研究 | 花蓮縣 公立小學 教師 | 國小教師工作績效以 「任務績效」較高。不 同性別、服務年資、職 務在工績部有顯 著差異。 |
| 李曉韻 (2010) | 私立技職校院 職員工休閒涉 入與工作績效以 之研究一以美 和技術學院為例 | 美和技 術學院 職員工 | 在工作績效的整體表現 上，排序第一為情境績 效，其次為任務績效。均 不同年齡及教育程度均 不達顯著差異。 |
| 莊朝勝 (2012) | 學校兼行政教 師對工作投壓 入、工作滿意 力、工作績效相 與工作績效之研究 | 學校兼 行政教 師 | 不同年齡、婚姻、年資、 任職處室、職務、任教 類別、任規模、任教 區、任教學制在工 效上部分有顯著差 異。 |

資料來源：本研究整理

(二) 背景變項與工作績效之相關分析

本研究針對個人背景變項與工作績效之相關研究結果做分析探討，結果分述如下：

1. 性別

林志華（2008）研究發現男性之兼任行政職務教師，在整體工作績效變項及各向度均顯著高於女性之兼任行政職務教師。此外在吳軒瑤、吳福源、陳佑綺（2009）的研究中亦發現男教師在情境績效和整體工作績效得分高於女教師。但亦有研究顯示不同性別工作績效上無顯著差異（朱明謙，2001；李曉韻，2010；莊朝勝，2012）。

綜合以上學者之研究，工作績效在性別之差異性研究上並無一致看法，故本研究將進一步探討。

2. 年齡

朱明謙（2001）研究發現不同年齡之高科技人員在工作績效上有顯著差異。

林志華（2008）研究發現 51 歲以上之兼任行政職務教師，在工作績效變項整體及工作成果向度方面高於 40 歲以下者。而在工作行為向度方面則是 51 歲以上高於 31-40 歲者。李曉韻（2010）的研究中發現，在任務績效方面，31-40 歲之員工優於 30 歲以下者。莊朝勝（2012）的研究結果 31 歲以上族群之工作績效高於 30 歲以下之族群。

以上學者之研究皆顯示，工作績效在年齡之差異性研究上皆有顯著差異，故本研究將進一步探討嘉義縣國中教師是否也是如此。

3. 服務年資

洪盟財（2008）、李曉韻（2010）的研究中發現不同的服務年資對工作績效無顯著差異。

吳軒瑤、吳福源、陳佑綺（2009）的研究結果為不同服務年資的國小教師在整體工作績效及「情境績效」達顯著水準，其中服務年資 16 年以上教師知覺整體工作績效及情境績效均高於服務年資 11-15 年及服務年資 5 年以下的教師。在莊朝勝（2012）研究中也顯示年資 5 年以上族群的工作績效比年資未滿 5 年的族群都還要高。

綜合以上學者之研究，工作績效在服務年資之差異性研究上並無一致看法，故本研究將進一步探討。

4. 學歷

朱明謙（2001）的研究發現不同教育程度之高科技人員在工作績效各層面上皆無顯著的差異存在。洪盟財（2008）的研究結果為不同學歷之台中縣中小學資訊人員，在工作績效各層面及整體表現上無顯著差異。吳軒瑤、吳福源、陳佑綺（2009）亦發現不同教育程度教師在此整體及層面皆無顯著差異。

林志華（2008）則發現研究所以以上學歷之兼任行政職務教師，在工作績效變項整體及各向度均顯示高於大學以下學歷者。李曉韻（2010）的研究結果為不同教育程度在情境績效構面有顯著差異，大學高於碩士以上者。

綜合以上學者之研究，工作績效在職務之差異性研究上並無一致看法，故本研究將進一步探討。

5. 職務

林志華（2008）研究顯示兼任主任職務之教師，在工作績效變項整體及各向度均顯示高於兼任其他職務者。吳軒瑤等人（2009）的研究發現國小教師兼組長、主任者在整體工作績效及情境績效之得分高於科任、級任教師。莊朝勝（2012）的研究結果亦顯現主任、組長的族群的工作績效比其他職務的族群都還要高。但在李曉韻（2010）的研究中不同職務對工作績效則無顯著差異。

綜合以上學者之研究，工作績效在職務之差異性研究上並無一致看法，故本研究將進一步探討。

6. 婚姻狀況

朱明謙（2001）研究顯示已婚之高科技人員在工作績效各層面上皆大於未婚之高科技人員。林志華（2008）、莊朝勝（2012）的研究結果亦顯示已婚之兼任行政職務教師，在工作績效變項整體及各向度均顯示高於未婚者。但在李曉韻（2010）的研究中則顯示不同婚姻狀況對工作績效無顯著影響。

綜合以上學者之研究，工作績效在婚姻狀況之差異性研究上並無一致看法，故本研究將進一步探討。

7. 學校規模

林志華（2008）的研究發現不同學校規模之兼任行政職務教師，12班以下者在工作績效變項整體及各向度均顯著高於13-24班。在莊朝勝（2012）的研究中顯示不同學校規模之學校兼行政教師的工作績效亦有顯著差異，13班以上族群的績效遠高於比12班以下的族群。但洪盟財（2008）、吳軒

瑤等人（2009）的研究結果為不同學校規模的教師在整體工作績效上無顯著差異。

綜合以上學者之研究，工作績效在學校規模之差異性研究上並無一致看法，故本研究將進一步探討。

表 2-3-4

人口背景變項與工作績效之相關研究彙整表

| 作者 (年代) | 研究對象 | 性別 差異 | | 年齡 差異 | | 年資 差異 | | 學歷 差異 | | 職務 差異 | | 婚姻 狀況 差異 | | 學校 規模 差異 | |
|-----------------------------------|-----------------------------------|---------------|--------------|----------|---|----------|---|----------|---|----------|---|----------------|---|----------------|---|
| | | 有 | 無 | 有 | 無 | 有 | 無 | 有 | 無 | 有 | 無 | 有 | 無 | 有 | 無 |
| | | 朱明謙 (2001) | 高科技產業 業人員 | | ◎ | ◎ | | | | | | ◎ | | ◎ | |
| 林志華 (2008) | 高雄縣國 小兼任行政 政職務教師 | ◎ | | ◎ | | | | ◎ | | ◎ | | | | | ◎ |
| 洪盟財 (2008) | 台中縣公 立高中及 國民中小 學資訊人 員 | | ◎ | | | ◎ | | ◎ | | | | | | | ◎ |
| 吳軒 瑤、吳 福源、 陳佑綺 (2009) | 花蓮縣公 立國民小 學教師 | ◎ | | | | ◎ | | ◎ | ◎ | ◎ | | | | | ◎ |
| 李曉韻 (2010) | 美和技術 學院職員 工 | | ◎ | ◎ | | ◎ | ◎ | | | ◎ | | ◎ | | | |
| 莊朝勝 (2012) | 學校兼行 政教師 | ◎ | | ◎ | | ◎ | | | | ◎ | | ◎ | | | ◎ |

資料來源：本研究整理

經以上整理發現，工作績效可能會因受試者不同性別、年齡、服務年資、學歷、職務、婚姻狀況、學校規模等因素影響之下而有所差異。因此本研究將探討嘉義縣教師在工作績效方面是否也有此差異存在。

第四節 生活型態、休閒涉入與工作績效之相關研究

由於本研究係以教師生活型態、休閒涉入及工作績效三者間之關係為研究主題，因此本節將針對生活型態、休閒涉入及工作績效之相關研究進行文獻回顧，以期先行瞭解各概念間之關係。

一、休閒涉入與工作績效之相關研究

由於週休二日制度的實施，促使國民的閒暇時間增加，國內休閒運動的型態也越來越多樣化，且伴隨著對健康意識的覺醒，國人們日漸重視休閒活動，可見我國已成為一個休閒化的社會（洪嘉文，2003）。然教師長期從事教學、研究之工作，需不斷進修以提升其專業能力，有可能會因工作壓力而忽略休閒活動之參與。從眾多學術研究中，我們不難發現休閒參與有助於壓力釋放（張澤君 2011；賴家慶 2011；簡俊哲，2013），且日本學者大前研一博士（2006）也在《OFF 學》一書中鼓勵職工從事休閒活動並更期職工能對自己的休閒做妥善規劃，除可從中規劃自己的生涯發展外，更期望休閒效益可反饋到工作中，以進而提昇工作績效（引自陳柏誠譯，2006）。

在休閒涉入與工作績效之相關研究中，朱明謙（2001）在高科技產業從業人員休閒行為、工作壓力與工作績效之研究中，得到高科技產業人員的休閒行為與工作績效存在顯著正相關的結論。歐陽亞慧（2008）在探討金門地區保全人員休閒參與及工作績效之研究中則發現休閒參與和工作績效之間呈現顯著正向的關係，顯示保全人員之休閒參與會影響其工作績效。廖晨諭（2008）在其針對警務人員所做之相關研

究中亦發現休閒參與和工作績效間呈現顯著的正相關。林菁真、王淑治、甘唐沖、滕中璋（2008）在國立嘉義大學職員休閒行爲、工作生活品質、工作壓力與工作績效之相關性研究的結果中發現休閒行爲與工作績效呈現正相關。此外在簡俊哲（2013）針對國營事業民營化員工的研究中發現員工之休閒參與對工作壓力呈現負向影響關係，且工作壓力對工作績效也呈現負向影響關係，因此推論員工休閒活動參與越多，工作壓力就會越降低，工作績效也愈能提昇。

Cordes 與 Ibrahim (1999) 曾提到參與休閒活動能紓解工作壓力，鬆弛精神，調劑生活，使人的身心均衡發展，並提昇工作效率。Godbye (2003) 表示個體若能有效的利用休閒，不管是對其人格發展、工作效率、社會和諧、人類文明的提升，都有直接或是間接的影響。巫影潭（2006）亦認為參與休閒活動有助於個體的生理、心理、心靈之提升，並進而提高工作效能。可見休閒涉入對個體工作績效、效率有相當之重要性。綜上所述，在休閒涉入與工作績效之相關研究中，顯示出兩者之間呈現正向關係，且休閒涉入會正向影響工作績效（Godbye,2003；朱明謙，2001；歐陽亞慧，2008；廖晨諭，2008；林菁真、王淑治、甘唐沖、滕中璋，2008；簡俊哲，2013）。

表 2-4-1

休閒涉入與工作績效之相關研究彙整表

| 學者 (年代) | 研究題目 | 研究對象 | 研究結果 |
|---------------------------|------------------------------------|-----------|--|
| 朱明謙 (2001) | 高科技產業從業人員休閒行為、工作壓力與工作績效之研究 | 高科技產業從業人員 | 研究發現高科技產業從業人員的休閒行為與工作績效存在顯著正相關。 |
| 林菁真、王淑治、甘唐冲、滕中璋 (2008) | 國立大學職員之休閒行為、工作生活品質、工作壓力與工作績效之相關性研究 | 國立嘉義大學職員 | 研究結果發現休閒行為與工作績效呈正相關。 |
| 歐陽亞慧 (2008) | 金門地區保全人員休閒參與及工作績效之研究 | 金門地區保全人員 | 金門地區保全人員休閒參與和工工作績之間呈現顯著正向的關係。 |
| 林慧櫻 (2008) | 休閒參與對公務人員工作績效之研究 -- 以某縣政府公務人員為例 | 縣政務人員 | 台灣北部某縣政府公務人員之休閒參與、工作績效有正向影響。與知識類、服務類、社交類、藝術類等對工工作績有正向影響。 |
| 廖晨諭 (2008) | 警務人員工作滿意度與工作績效之關係研究 -- 以南投縣警察局為例 | 警務人員 | 警務人員的工作滿意度與工作績效呈顯著正相關。 |

(續下頁)

| 學者 (年代) | 研究題目 | 研究對象 | 研究結果 |
|---------------|---|-------------------------------|--|
| 李曉韻 (2010) | 私立技職校 院職員工休 閒涉入與工 作績效之研 究—以美和 技術學院為例 | 美和技 術學院 技職校 院職員 工 | 研究結果發現休閒涉入路徑對工作績效有影響的任務績效、「自我表現對任務績效」以及「自我表現對情境績效」，此三條相關路徑呈現正向的顯著關係。 |
| 簡俊哲 (2013) | 國營事業民 營化員工休 閒參與、工作 壓力、身心健 康與工作績 效關係之研 究—以中華 電信公司為 例 | 國營事 業民營 化員工 | 研究結果發現員工之休閒參與對工作壓力呈現負向影響關係，且工作壓力對工作績效也呈現負向影響關係，因此推論員工休閒活動參與越多，工作壓力就會越降低，工作績效也愈能提昇。 |

資料來源：本研究整理

二、生活型態與工作績效之相關研究

根據本研究文獻檢閱之結果，目前並無直接探討生活型態與工作績效之關係的相關研究。然有研究發現生活型態與工作壓力間具有相關性（邱文嶽，2009；賴文祥，2012），而工作壓力與工作績效又具相關性（Meglino,1977；Williams & Cooper,2002；朱明謙，2001；黃彩霖，2003；張純青，2004；施惠文，2005；沈進成、王銘傑，2007；張維，2008；歐陽彥慧，2009；謝以琳，2012；莊朝勝，2012）。此外也有研究指出生活型態和工作能力間具有相關性（Seitsamo & Ilmarinen,1997），而工作能力和工作績效間又具相關性（陳般若，2004；廖巍庭，2009）。由以上研究顯示生活型態與工

作績效間可能存在某種關係，故本研究欲探索之。

三、生活型態與休閒涉入之相關研究

Kotler (2000) 認為在影響消費者行為的個人因素中，除了年齡、生命週期階段、職業、經濟狀況和人格與自我觀念等五個因素外，還有一個很重要的因素就是生活型態，因為個人的生活型態將會反應於其平日的活動、興趣及意見中，不但會影響個人的一般行為，對其所從事的休閒運動也會有所影響。因此一個人的休閒涉入程度往往與個人之生活型態相關。

在生活型態與休閒涉入之相關研究中，鄭健雄、劉孟奇（2001）在其研究中發現遊客渡假生活型態會正向影響其休閒涉入。楊馥如（2011）在其針對國小教師生活型態與休閒參與的相關研究中，亦發現新北市國小教師之生活型態與休閒參與之間有顯著正相關。陳映蓁（2011）在其研究中發現涉入程度對樂活生活型態有顯著正向關係。王永中（2009）在高雄市國小教師休閒參與興趣與生活型態之研究中，得到教師休閒參與興趣和生活型態間具有顯著相關的發現，也就是說國小教師對休閒活動的參與興趣愈高，相對的愈能影響其生活型態。梁恒華（2006）在探討新店市國小高年級學生生活型態與休閒參與關係之研究中，得到國小學生的休閒參與與生活型態之間有正向相關的結論。林芯榆（2012）針對未婚熟齡女性所做之相關研究，其結果為未婚熟齡女性的休閒參與與生活型態之間有正向的相關，也就是說對生活型態認知程度愈高者，其休閒參與程度愈高；其研究發現愈重視流行購物之生活型態的女性，在休閒參與的程度愈高；反之，偏向理性保守之生活型態的女性，在休閒參與的程度則偏低。

Kelly (1978) 認為要瞭解工作與休閒間的關係，必須整合人格、家庭型態、人口統計變項、社區變項及工作與休閒的角色等概念，方可洞悉，而生活型態研究(lifestyle research)即具備這種功能。綜上所述，針對生活型態與休閒涉入之間的研究，許多研究結果均顯示出兩者之間呈現正向關係，且生活型態會正向影響休閒涉入(梁恒華，2006；胡琇雲，2008；王永中，2009；楊馥如，2011；陳映蓁，2011；林芯榆，2012)。由此可知個人生活型態對休閒涉入具有相當的影響力。

表 2-4-2

生活型態與休閒涉入之相關研究彙整表

| 學者 (年代) | 研究題目 | 研究對象 | 研究結果 |
|---------------|---|--------------|----------------------|
| 胡琇雲 (2008) | 十七公里海岸線之遊客生活型態對休閒涉入、休閒體驗與滿意度影響關係之研究 | 新竹十七公里海岸線之遊客 | 生活型態會正向影響休閒涉入。 |
| 吳家瑞 (2008) | 國內大型重型機車參與者生活型態、休閒涉入、知覺風險、休閒效益之研究一線性結構方程模式之驗證 | 大型重型機車參與者 | 生活型態、休閒涉入有正向之直接影響關係。 |

(續下頁)

| 學者 (年代) | 研究題目 | 研究對象 | 研究結果 |
|---------------|------------------------|--------------------|---|
| 梁恒華 (2006) | 新店市國小高年級學生生活型態與休閒參與之研究 | 新店市國小高年級學生 | 國小學生的休閒參與與生活型態之間有正向的相關。 |
| 王永中 (2009) | 高雄市國小教師參與興趣與生活型態之研究 | 高雄市國小教師 | 教師休閒參與和生具有顯著國說活動，其影響愈能。教師對興趣愈能。教師參與的相對生活型態。 |
| 李芷儀 (2012) | 從熟齡族群生活型態及民宿之研究 | 年齡達50歲以上且有住宿經驗之熟齡族 | 熟齡族之生活型態有顯著相關。 |
| 楊馥如 (2011) | 新北市國小教師生活型態、參與及幸福關係之研究 | 新北市國小教師 | 新北市國小教師之參與休閒有顯著的正面相關。 |

資料來源：本研究整理

第五節 本章小結

經由以上文獻探討，研究者發現以下結論：

- 一、在生活型態方面：國內文獻多以流行時尚、人際社交、家庭中心、自信積極、運動健康、知識文化作為生活型態之構面取向。依據文獻指出，生活型態在性別、年齡、服務年資、職務、婚姻狀況、學校規模等變項可能會有顯著差異。
- 二、在休閒涉入方面：國內、外學者多以吸引力、自我表現、生活中心性、重要性、愉悅性為休閒涉入之構面因素。依據文獻指出，休閒涉入在性別、學歷、職務等變項可能會有顯著差異。
- 三、在工作績效方面：國內文獻多以任務績效、情境績效為工作績效之構面因素。依據文獻指出，工作績效在性別、年齡、服務年資、學歷、職務、婚姻狀況、學校規模等變項可能會有顯著差異。
- 四、生活型態、休閒涉入與工作績效之相關研究：國內學者的研究多顯示生活型態與休閒涉入呈顯著正相關；休閒涉入和工作績效呈顯著正相關；但生活型態和工作績效間的相關研究文獻則缺乏，因此，有待進一步探討。

第參章 研究方法

本研究欲探討國中教師生活型態、休閒涉入對工作績效之影響，以及教師生活型態對休閒涉入之影響。經第二章針對生活型態、休閒涉入及工作績效等概念進行相關文獻回顧後，本章將討論本研究之研究方法。本章一共分為六節：第一節為研究架構；第二節為研究假設；第三節為研究流程；第四節為研究對象；第五節為研究工具；第六節為資料分析。

第一節 研究架構

本研究根據過去相關文獻之探討，綜合得出本研究之架構，如圖 3-1 所示。本研究將進一步探究國中教師生活型態、休閒涉入對工作績效之影響。並探討國中教師人口背景變項對教師生活型態、休閒涉入、工作績效之影響。

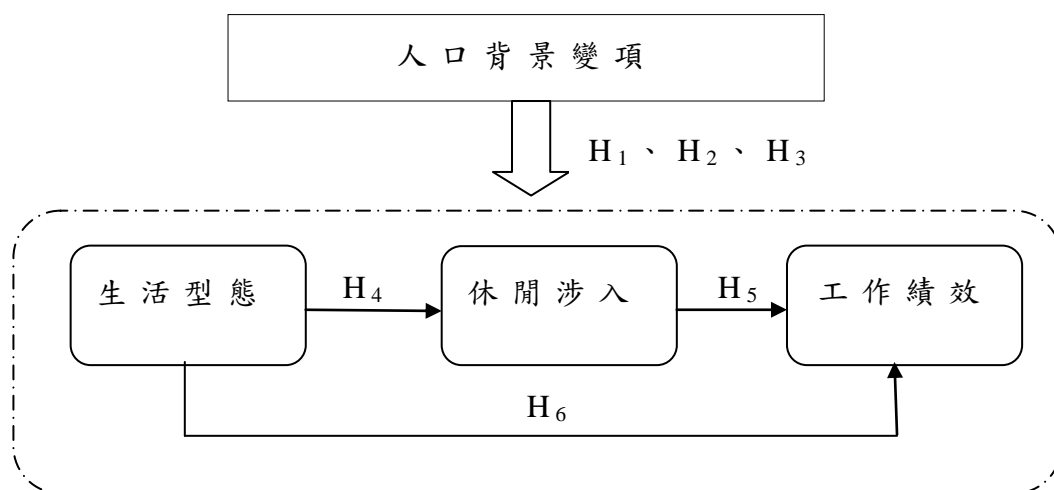


圖 3-1 研究架構圖

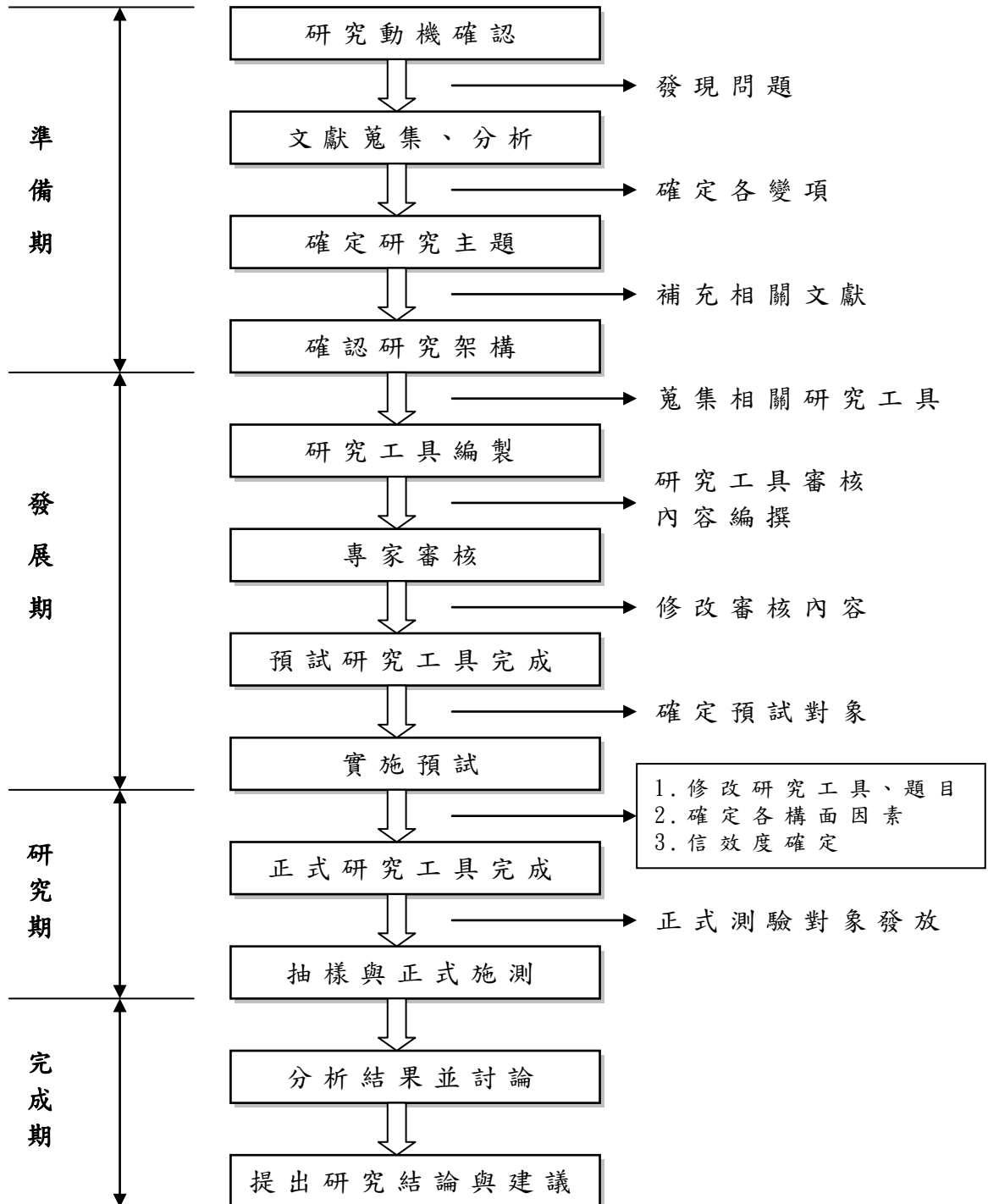
第二節 研究假設

依據上述研究架構及過去文獻之探討，本研究之假設如下：

- H1：不同背景變項的國中教師，其生活型態具有顯著差異。
- H1-1：不同性別的國中教師，其生活型態具有顯著差異。
- H1-2：不同年齡的國民中教師，其生活型態具有顯著差異。
- H1-3：不同服務年資的國中教師，其生活型態具有顯著差異。
- H1-4：不同學歷的國中教師，其生活型態具有顯著差異。
- H1-5：擔任不同職務的國中教師，其生活型態具有顯著差異。
- H1-6：不同婚姻狀況的國中教師，其生活型態具有顯著差異。
- H1-7：不同家庭狀況的國中教師，其生活型態具有顯著差異。
- H1-8：不同學校規模的國中教師，其生活型態具有顯著差異。
- H2：不同背景變項的國中教師，其休閒涉入具有顯著差異。
- H2-1：不同性別的國中教師，其休閒涉入具有顯著差異。
- H2-2：不同年齡的國中教師，其休閒涉入具有顯著差異。
- H2-3：不同服務年資的國中教師，其休閒涉入具有顯著差異。
- H2-4：不同學歷的國中教師，其休閒涉入具有顯著差異。
- H2-5：擔任不同職務的國中教師，其休閒涉入具有顯著差異。
- H2-6：不同婚姻狀況的國中教師，其休閒涉入具有顯著差異。
- H2-7：不同家庭狀況的國中教師，其休閒涉入具有顯著差異。
- H2-8：不同學校規模的國中教師，其休閒涉入具有顯著差異。
- H3：不同背景變項的國中教師，其工作績效具有顯著差異。
- H3-1：不同性別的國中教師，其工作績效具有顯著差異。
- H3-2：不同年齡的國中教師，其工作績效具有顯著差異。
- H3-3：不同服務年資的國中教師，其工作績效具有顯著差異。

- H3-4：不同學歷的國中教師，其工作績效具有顯著差異。
- H3-5：擔任不同職務的國中教師，其工作績效具有顯著差異。
- H3-6：不同婚姻狀況的國中教師，其工作績效具有顯著差異。
- H3-7：不同家庭狀況的國中教師，其工作績效具有顯著差異。
- H3-8：不同學校規模的國中教師，其工作績效具有顯著差異。
- H4：教師的生活型態會正向影響其休閒涉入。
- H5：教師的休閒涉入會正向影響其工作績效。
- H6：教師的生活型態會正向影響其工作績效。

第三節 研究流程



第四節 研究對象

本研究正式樣本將以 102 學年度嘉義縣國民中學之教師作為研究對象，探討教師生活型態、休閒涉入、工作績效三者間之關係，以及嘉義縣國中教師其人口背景變項對教師生活型態、休閒涉入、工作績效之影響。本研究對象包含兩個部分，分為預試樣本及正式樣本，茲說明如下：

一、預試樣本

依據吳明隆、涂金堂（2008）指出預試對象的人數以問卷中包括最多題項之分量表的 3-5 倍人數為原則，本研究之生活型態量表共 30 題，故預試人數為 90~150 人。本研究以嘉義縣立永慶高級中學國中部教師、過溝國中、太保國中、六嘉國中教師作為預試樣本之對象，採取便利抽樣的方式於 2013 年 6 月進行問卷預試，共發出 122 份問卷，回收 119 份問卷，有效問卷為 114 份，計得有效回收率達 93.4%。本研究將依有效問卷進行預試量表信效度之考驗及量表之修訂。

二、正式樣本

本研究正式抽樣方式為分層隨機抽樣，為了使代表性樣本能確實反應母群體的特徵，以國民教育施行細則第 12 條和嘉義縣國民中小學課程發展委員會設置要點（90 府教學字第 8245 號函）中區分國中學校規模的方式為參考依據，將嘉義縣學校規模分為「12(含)班以下之小型學校」、「13 班至 24 班之中型學校」、「25 班以上之大型學校」三大類。依據嘉義縣政府教育處編印之 101 學年度公私立幼稚園暨各級學校名冊顯示 101 學年度嘉義縣國民中學「12(含)班以下之小型學校」的教師人數為 208 人，「13 班至 24 班之中型學校」的有

307 人，「25 班以上之大型學校」的有 607 人。依此分別計算嘉義縣小型、中型、大型學校教師人數及其所佔全縣教師總人數的百分比，再依照比例原則，計算出小型、中型、大型學校所應抽取的教師人數，其結果如表 3-4-1。

表 3-4-1

正式問卷抽樣程序說明表

| 學校規模 | 教師 人數 | 佔全縣教師 總人數之百 分比 | 應抽取之 教師人數 |
|---------------------|----------|----------------------|--------------|
| 12(含)班以下 之小型學校 | 208 | 約 18.5% | 93 |
| 13 班至 24 班 之中型學校 | 307 | 約 27.3% | 137 |
| 25 班以上 之大型學校 | 607 | 約 54.1% | 270 |
| 總和 | 1122 | 100% | 500 |

資料來源：本研究整理

依據上表，共抽取嘉義縣 500 名教師，小型、中型、大型學校分別抽取 93、137、270 名教師作為本研究之樣本進行問卷施測。

為了施行及計算方便，因此嘉義縣小型學校預計抽取 5 所(東榮、布袋、鹿草、民和、溪口國中)，每所抽取 19 人，中型學校預計抽取 5 所(義竹、梅山、忠和、水上、大吉國中)，每所抽取 28 人，大型學校預計抽取 5 所(新港、東石、朴子、民雄、竹崎國中)，每所抽取 54 人。如表 3-4-2。

表 3-4-2

嘉義縣國民中學各規模學校樣本數統計表

| 學校規模 | 小型學校 | 中型學校 | 大型學校 | 總計 |
|-------------|------|------|------|-----|
| 學校總數 | 10 | 8 | 7 | 25 |
| 正式抽取 學校數 | 5 | 5 | 5 | 15 |
| 每所抽取 教師數 | 19 | 28 | 54 | |
| 正式施測 教師數 | 95 | 140 | 270 | 505 |

資料來源：本研究整理

本研究問卷共發放 15 所學校，505 位教師，回收 486 份，逐一檢查回收問卷，去除填答不完全及無效問卷後，有效問卷共計 446 份，有效問卷回收率為 88.3%。依據 Lodico, Spaulding 與 Voegtler (2006) 指出，若母群體超過一千人，適當樣本數需有 20%，本研究之調查樣本數共 446 人，屬適當。正式問卷詳細資料如表 3-4-3。

表 3-4-3

正式問卷資料統計表

| 學校 規模 | 發放 數量 | 回收 數量 | 問卷 回收率 | 有效 問卷 | 有效 問卷 回收率 |
|----------|----------|----------|-----------|----------|-----------------|
| 12 班 以 下 | 95 | 89 | 93.7% | 78 | 82.1% |
| 13-24 班 | 140 | 131 | 93.6% | 117 | 83.6% |
| 25 班 以 上 | 270 | 266 | 98.5% | 251 | 93.0% |
| 合 計 | 505 | 486 | 96.2% | 446 | 88.3% |

資料來源：本研究整理

第五節 研究工具

本研究所採用的「國中教師生活型態、休閒涉入及工作績效之研究調查問卷」係根據研究架構，並參考相關文獻及問卷發展而來，本量表內容共涵蓋四個部分。第一部份為教師背景變項、第二部份為生活型態量表、第三部份為休閒涉入量表、第四部份為工作績效量表。

一、專家效度

為了確認研究工具內容之適切性，於進行研究之前，邀請了相關領域的學者專家 6 人(附錄三)，針對問卷內容、語句加以修改、指正並進行內容效度之評估。彙整各專家建議並與指導教授討論，修改問卷的內容或用詞，並完成問卷的內容效度考驗，形成預試問卷。

二、教師背景變項

本研究教師背景變項衡量項目包括性別、年齡、服務年資、學歷、擔任職務、婚姻狀況、家庭狀況、學校規模等八項背景變項。

- (一) 性別：分為男性、女性。
- (二) 年齡：分為 30 歲以下、31-40 歲、41-50 歲、51-60 歲、61 歲以上。
- (三) 服務年資：分為 5 年(含)以下、6-15 年、16-25 年、26 年(含)以上。
- (四) 學歷：分為專科(含師專)、大學(含師院)、碩士(含)以上。
- (五) 擔任職務：分為教師兼行政(含主任、組長)、導師、專任教師、代理教師、兼課教師。

- (六) 婚姻狀況：分為未婚、已婚、已婚單身。
- (七) 家庭狀況：小家庭、大家庭、折衷家庭
- (八) 學校規模：分為 12 班（含）以下、13-24 班、25 班以上。

三、生活型態量表

本研究將以 Plummer (1974) 之四大構面為基礎，選擇適合嘉義縣國中教師相關的子構面來進行生活型態的衡量，並參考朱俶儀 (2003)、梁畢玲 (2006)、游錫霖 (2009)、何慶燕 (2010) 等人對教師生活型態所作之研究，其所包含的層面不外乎家庭中心、健康運動、人際社交、流行時尚、自信積極、知識藝文、工作導向、保守穩定、戶外遊憩、靜態休閒等十項。選取其中得分最高前 6 項，作為本研究生生活型態之構面，亦參考上述學者之生活型態問卷編製成嘉義縣國中教師生活型態量表，共有 30 題。

(一) 計分方式

本量表採用 Likert 五點量表進行填答；問卷採正向計分，依照「非常不同意」、「不同意」、「普通」、「同意」、「非常同意」，依序給予 1、2、3、4、5 分，其中分數越高代表受測者越認同題目所描述的狀況。

(二) 項目分析

預試問卷回收後，依有效問卷的答題結果，進行題項之項目分析，以刪除不適當的題目。吳明隆與涂金堂 (2008) 指出項目分析之目的在於考驗量表題項鑑別度之高低，將收集資料先就高分組 (前 27% 的受試者) 和低分組 (後 27% 的受試者) 算出二組之得分，作為高低分組的界線，並依獨立樣本 t 檢定高低分組在題項上之差異並找出決斷值 (CR 值) 作為該

題項鑑別度之依據，達 3.0 以上且達顯著水準 ($p < .05$) 時，即代表該題項具鑑別度，反之，則予以刪除 (李金泉，1992)。接著再比較各題項與量表總分之積差相關係數是否達顯著水準 ($p < .05$)。吳明隆與涂金堂(2008)認為積差相關係數最好在 .30 以上。

本量表共 30 題題項，作為嘉義縣國中教師生活型態之預試問卷。經項目分析結果發現，CR 值有題項 01、03、04、05 未達 3.0 以上，故予以刪除。其餘 26 題皆達顯著水準 ($p < .05$)、CR 值均達 3.0 以上且相關係數也都大於 .3，予以保留。分析結果如表 3-5-1 所示。

表 3-5-1

國中教師生活型態項目分析摘要表

| 題號 | 題項 | 決斷值 (CR 值) | 與量表總分相關 | 備註 |
|----|-----------------|------------|---------|----|
| 01 | 家庭是我生活的重心 | 2.656* | .286* | 刪除 |
| 02 | 假日我喜歡和家人一同出遊 | 3.060* | .376* | |
| 03 | 我很重視家人間的相處和溝通 | 1.266 | .259* | 刪除 |
| 04 | 工作之餘，我喜歡和家人一起用餐 | 1.831 | .270* | 刪除 |
| 05 | 我非常重視下一代的教育 | 2.313* | .270* | 刪除 |
| 06 | 我經常運動以保持身心健康 | 4.059* | .381* | |
| 07 | 一天沒運動我會覺得不舒服 | 5.318* | .548* | |
| 08 | 有空閒時，我喜歡去運動放鬆心情 | 4.356* | .500* | |

(續下頁)

| 題號 | 題項 | 決斷值 (CR 值) | 與量表總 分相關 | 備註 |
|----|--------------------|---------------|-------------|----|
| 09 | 我會特別注意飲食的選擇與控制 | 3.729 * | .412 * | |
| 10 | 我非常注意自己的健康狀況 | 3.638 * | .436 * | |
| 11 | 我喜歡認識新朋友 | 6.786 * | .617 * | |
| 12 | 我和同事或朋友們經常聚會 | 7.538 * | .684 * | |
| 13 | 我很容易和初見面的人聊得很愉快 | 7.389 * | .642 * | |
| 14 | 在社交場合裡，我很活躍 | 6.992 * | .561 * | |
| 15 | 我喜歡和親朋好友來往 | 6.253 * | .558 * | |
| 16 | 我會特別留意流行時尚的趨勢 | 8.507 * | .617 * | |
| 17 | 我對流行、新奇的事物相當感興趣 | 7.659 * | .608 * | |
| 18 | 在別人眼裡，我是個時尚有品味的人 | 8.136 * | .626 * | |
| 19 | 我喜歡有品牌且流行性高的商品 | 7.829 * | .647 * | |
| 20 | 我會去嘗試目前流行的活動 | 7.272 * | .557 * | |
| 21 | 我經常從雜誌、書籍或網路上吸取新知識 | 5.639 * | .539 * | |
| 22 | 我喜歡參加藝文活動 | 6.628 * | .591 * | |
| 23 | 我會隨時留意教育方面的新資訊 | 4.529 * | .433 * | |
| 24 | 我經常購買書籍或雜誌 | 6.677 * | .591 * | |
| 25 | 有空閒時，我喜歡閱讀書報雜誌 | 5.520 * | .496 * | |
| 26 | 我喜歡嘗試具挑戰性、競爭性的工作 | 6.294 * | .585 * | |
| 27 | 同事、朋友經常會來請教我問題 | 5.846 * | .485 * | |

(續下頁)

| 題號 | 題項 | 決斷值 (CR 值) | 與量表總 分相關 | 備註 |
|----|----------------|---------------|-------------|----|
| 28 | 我喜歡成為眾所矚目的焦點 | 5.190* | .491* | |
| 29 | 任何事情我都想嘗試 | 4.050* | .408* | |
| 30 | 我不喜歡依賴他人，凡事自己來 | 4.299* | .372* | |

* : $p < .05$

(三) 因素分析

生活型態預試問卷，由項目分析後的 26 個題項，進行因素分析，採用主成分分析法(principal component analysis)萃取因素構面，以最大變異法(varimax)經直交轉軸萃取特徵值(eigenvalues)大於 1 的因素 (Kaiser,1960)，並將因素負荷量(factor loading)設定在 .50 以上、共同性大於 .50 以上，累積解釋變異量大於(或等於)50%，以作為量表建構效度的取捨標準。

首先進行 KMO 與 Bartlett's 球形檢定，KMO 值要大於 .5，且愈高愈好 (Kaiser,1974)。分析結果 KMO 值為 .804 大於 .5，Bartlett's 球形檢定值為 946.893 ($p < .001$)，達顯著水準，表示此量表適合進行因素分析，總累積解釋變異量為 66.386%。

進行因素分析，依序刪除第 14 題共構之題項、第 11 題之因素負荷量 $< .5$ 、之後第 20 題因與其他題項不合理歸為同一因素亦刪除，第 2、13 題和第 29、30 分別自成一個構面，此二個構面題項數太少，不適宜單獨成為一個因素，故亦將其刪除。最後萃取出五個因素構面，第一個因素構面包含題項 16、17、18、19，共 4 題，命名為時尚取向；第二個因素構面包含

題項 12、22、26、27、28，共5題，命名為社交取向；第三個因素構面包含題項06、07、08，共3題，命名為運動取向；第四個因素構面包含題項21、23、24、25，共4題，命名為知識取向；第五個因素構面包含題項09、10、15，共3題，命名為健康取向。分析結果如表3-5-2。

表 3-5-2

國中教師生活型態量表因素分析摘要表

| 題號 | 時尚 取向 | 社交 取向 | 運動 取向 | 知識 取向 | 健康 取向 |
|--------------------|----------|----------|----------|----------|----------|
| 18 | .834 | | | | |
| 17 | .809 | | | | |
| 16 | .804 | | | | |
| 19 | .777 | | | | |
| 27 | | .795 | | | |
| 26 | | .731 | | | |
| 28 | | .722 | | | |
| 22 | | .592 | | | |
| 12 | | .556 | | | |
| 06 | | | .834 | | |
| 07 | | | .830 | | |
| 08 | | | .785 | | |
| 24 | | | | .775 | |
| 25 | | | | .713 | |
| 23 | | | | .650 | |
| 21 | | | | .589 | |
| 10 | | | | | .777 |
| 09 | | | | | .722 |
| 15 | | | | | .546 |
| 特徵值 | 3.195 | 2.861 | 2.321 | 2.258 | 1.978 |
| 累積解釋 變異量% | 16.815 | 31.873 | 44.091 | 55.975 | 66.386 |
| KMO | | | .804 | | |
| Bartlett's 球形檢定 | | | 946.893* | | |

* : $p < .05$

(四)信度分析

為了解本量表內部一致性，本研究進一步實施信度分析，採用 Cronbach's α 係數來考驗生活型態量表各層面和整體內部一致性。吳明隆、涂金堂（2008）指出 Cronbach's α 係數值最好在 .70 以上，若在 .60 以上也勉強可以接受。而總量表的 Cronbach's α 係數最好在 .80 以上，若在 .90 以上則信度更好。

本量表經信度考驗分析結果，萃取出五個因素構面，Cronbach's α 值分別為「時尚取向」.866、「社交取向」.810、「運動取向」.816、「知識取向」.733、「健康取向」.651，總量表之 Cronbach's α 係數為 .878，表示此量表信度良好，如表 3-5-3。

表 3-5-3

國中教師生活型態量表信度分析摘要表

| 分量表 | 題號 | Cronbach's α |
|-------------------------|----------------|---------------------|
| 時尚取向 | 16、17、18、19 | .866 |
| 社交取向 | 12、22、26、27、28 | .810 |
| 運動取向 | 06、07、08 | .816 |
| 知識取向 | 21、23、24、25 | .733 |
| 健康取向 | 09、10、15 | .651 |
| 總量表 Cronbach's α | | .878 |

四、休閒涉入量表

本「休閒涉入量表」參考 McIntyre 與 Pigram (1992) 之休閒涉入構面分類，將休閒涉入之衡量構面分為吸引力、自我表現以及生活中心性等三大構面。問卷編製參考 McIntyre 與 Pigram (1992)、王慶田 (2009)、李曉韻 (2010) 而成。

(一)計分方式

本量表採用 Likert 五點量表進行填答；問卷採正向計分，依照「非常不同意」、「不同意」、「普通」、「同意」、「非常同意」，依序給予 1、2、3、4、5 分，其中分數越高代表受測者越認同題目所描述的狀況。

(二)項目分析

本量表共 18 題題項，作為嘉義縣國中教師休閒涉入之預試問卷。經項目分析後，各題項皆達顯著水準 ($p < .05$)，因此予以保留。分析結果如表 3-5-4。

表 3-5-4

國中教師休閒涉入項目分析摘要表

| 題號 | 題項 | 決斷值 (CR 值) | 與量表總 分相關 |
|----|------------------------------------|---------------|-------------|
| 01 | 再忙我也會抽空參與休閒活動 我會蒐集我喜愛的休閒活動 | 5.080* | .541* |
| 02 | 之相關資訊以提升我對該休 閒活動的了解 | 6.600* | .642* |
| 03 | 如果經濟許可我會購買我喜 愛的休閒活動所需的設備或 產品 | 4.226* | .528* |
| 04 | 參與休閒活動使我感到愉悅 | 6.637* | .561* |

(續下頁)

| 題號 | 題項 | 決斷值 (CR 值) | 與量表總 分相關 |
|----|--------------------------|---------------|-------------|
| 05 | 參與喜愛的休閒活動對我來說很重要 | 9.665* | .636* |
| 06 | 參與喜愛的休閒活動使我感到有趣 | 8.250* | .681* |
| 07 | 參與喜愛的休閒活動令我很開心 | 7.597* | .661* |
| 08 | 我的生活大部分和喜愛的休閒活動有關 | 7.168* | .674* |
| 09 | 參與喜愛的休閒活動在我生活中扮演重要的角色 | 9.465* | .692* |
| 10 | 要我改變我對休閒活動的偏好並不容易 | 7.292* | .608* |
| 11 | 我喜歡和朋友討論休閒活動的相關訊息 | 10.976* | .752* |
| 12 | 參與休閒活動是我和朋友聯繫感情的重要方式 | 8.123* | .701* |
| 13 | 參與休閒活動時能展現真實的自我 | 5.879* | .603* |
| 14 | 即使我沒有參與該項休閒活動我仍然可以和他侃侃而談 | 6.955* | .605* |
| 15 | 他人可以從我參與休閒活動的過程了解我 | 6.159* | .555* |
| 16 | 我樂意讓其他人看到我參與休閒活動時的情況 | 4.540* | .486* |
| 17 | 一個人參與休閒活動的態度可以反應出他的個性 | 4.979* | .571* |
| 18 | 休閒活動對我而言不重要 | 4.597* | .418* |

* : $p < .05$

(三) 因素分析

休閒涉入預試問卷，由項目分析後的18個題項，進行因素分析，採用主成分分析法(principal component analysis)萃

取因素構面，以最大變異法(varimax)經直交轉軸萃取特徵值(eigenvalues)大於 1 的因素 (Kaiser,1960)，並將因素負荷量(factor loading)設定在 .50 以上、共同性大於 .50 以上，累積解釋變異量大於(或等於)50%，以作為量表建構效度的取捨標準。

首先進行 KMO 與 Bartlett's 球形檢定，KMO 值要大於 .5，且愈高愈好 (Kaiser,1974)。分析結果 KMO 值為 .784 大於 .5，Bartlett's 球形檢定值為 528.044 ($p < .001$)，達顯著水準，表示此量表適合進行因素分析，總累積解釋變異量為 62.640%。

進行因素分析，依序刪除第 09、11 題共構之題項、第 03 題之因素負荷量 $< .5$ 、第 10 題共構刪除，第 16、17 題自成一個構面，此構面題項數太少，不適宜單獨成為一個因素，故亦將其刪除。最後萃取出三個因素構面。第一個因素構面包含題項 04、05、06、07，共 4 題，命名為吸引力；第二個因素構面包含題項 12、13、14、15，共 4 題，命名為自我表現；第三個因素構面包含 01、02、08、18 題項，共 4 題，命名為生活中心性。分析結果如表 3-5-5。

表 3-5-5

國中教師休閒涉入量表因素分析摘要表

| 題號 | 吸引力 | 自我表現 | 生活中心性 |
|--------------------|--------|----------|--------|
| 04 | .809 | | |
| 06 | .766 | | |
| 05 | .762 | | |
| 07 | .724 | | |
| 13 | | .816 | |
| 14 | | .792 | |
| 15 | | .736 | |
| 12 | | .629 | |
| 01 | | | .838 |
| 02 | | | .699 |
| 18 | | | .655 |
| 08 | | | .524 |
| 特徵值 | 2.741 | 2.601 | 2.175 |
| 累積解釋 變異量% | 22.841 | 44.517 | 62.640 |
| KMO | | .784 | |
| Bartlett's 球形檢定 | | 528.044* | |

* : $p < .05$

(四)信度分析

為了解本量表內部一致性，本研究進一步實施信度分析，採用 Cronbach's α 係數來考驗休閒涉入量表各層面和整體內部一致性。吳明隆、涂金堂（2008）指出 Cronbach's α 係數值最好在 .70 以上，若在 .60 以上也勉強可以接受。而總量表的 Cronbach's α 係數最好在 .80 以上，若在 .90 以上則信度更好。

本量表經信度考驗分析結果，萃取三個因素構面，Cronbach's α 分別為：「吸引力」為 .820、「自我表現」為 .789、「生活中心性」為 .731，總量表之 Cronbach's α 係數為 .854，表示此量表信度良好，如表 3-5-6。

表 3-5-6

國中教師休閒涉入量表信度分析摘要表

| 分量表 | 題號 | Cronbach's α |
|-------------------------|-------------|---------------------|
| 吸引力 | 04、05、06、07 | .820 |
| 自我表現 | 12、13、14、15 | .789 |
| 生活中心性 | 01、02、08、18 | .731 |
| 總量表 Cronbach's α | | .854 |

五、工作績效量表

「工作績效量表」以 Borman 與 Motowidlo (1993) 將工作績效分成任務績效與情境績效為基礎，問卷編製參考李曉韻 (2010)、張哲嘉 (2012)、李政謙 (2012) 而成。

(一)計分方式

本量表採用 Likert 五點量表；問卷採正向計分，依照「非常不同意」、「不同意」、「普通」、「同意」、「非常同意」，依序給予 1、2、3、4、5 分，其中分數越高代表受測者越認同題目所描述的狀況。

(二)項目分析

本量表共 18 題題項，作為嘉義縣國中教師工作績效之預試問卷。經項目分析結果發現，題項 01 之 CR 值未達 3.0 以上，故予以刪除。其餘 17 題皆達顯著水準 ($p < .05$)、CR 值均達 3.0 以上且相關係數也都大於 .3，因此予以保留。分析結果如表 3-5-7。

表 3-5-7

國中教師工作績效項目分析摘要表

| 題號 | 題項 | 決斷值 (CR 值) | 與量表總 分相關 | 備註 |
|----|-----------------------|---------------|-------------|----|
| 01 | 我對課程安排非常得心應手 | 2.742 * | .214 * | 刪除 |
| 02 | 我對教材準備駕輕就熟 | 4.236 * | .389 * | |
| 03 | 我在學生管理方面掌控得宜 | 6.794 * | .540 * | |
| 04 | 整體而言，我會作好學校所要求的任務 | 5.820 * | .468 * | |
| 05 | 我能在期限內完成學校或上級主管所交辦的任務 | 5.699 * | .552 * | |
| 06 | 我會主動解決工作上的問題 | 7.249 * | .684 * | |
| 07 | 我能保持良好的工作品質 | 5.622 * | .589 * | |
| 08 | 我相當熟悉學校內容應遵守的規範及工作內容 | 7.267 * | .619 * | |
| 09 | 我的工作效率相當高 | 6.090 * | .587 * | |
| 10 | 在工作需要時，我能善用溝通技巧 | 5.547 * | .592 * | |
| 11 | 我能與同事保持良好的合作關係 | 5.079 * | .524 * | |
| 12 | 我會嚴格遵守學校的相關規範 | 4.225 * | .470 * | |
| 13 | 當同事忙不過來時，我樂於主動幫忙分擔 | 5.849 * | .552 * | |
| 14 | 在工作上，我會顧及行政倫理 | 8.203 * | .657 * | |
| 15 | 我會不斷學習和工作相關的新知識、新技巧 | 6.535 * | .619 * | |
| 16 | 工作上我總是充滿幹勁 | 6.525 * | .623 * | |

(續下頁)

| 題號 | 題項 | 決斷值 (CR 值) | 與量表總 分相關 | 備 註 |
|----|------------------|---------------|-------------|--------|
| 17 | 工作遇到瓶頸時，我會主動尋求協助 | 6.162 * | .595 * | |
| 18 | 我期望被安排或指派具挑戰性的任務 | 8.865 * | .640 * | |

* : $p < .05$

(三) 因素分析

工作績效預試問卷，由項目分析後的 17 個題項，進行因素分析，採用主成分分析法(principal component analysis)萃取因素構面，以最大變異法(varimax)經直交轉軸萃取特徵值(eigenvalues)大於 1 的因素 (Kaiser,1960)，並將因素負荷量(factor loading)設定在 .50 以上、共同性大於 .50 以上，累積解釋變異量大於(或等於)50%，以作為量表建構效度的取捨標準。

首先進行 KMO 與 Bartlett's 球形檢定，KMO 值要大於 .5，且愈高愈好 (Kaiser,1974)。分析結果 KMO 值為 .767 大於 .5，Bartlett's 球形檢定值為 185.648 ($p < .001$)，達顯著水準，表示此量表適合進行因素分析，總累積解釋變異量為 59.802%。

進行因素分析，刪除共同性小於 .5 的題項 02、07、14、17 後，逐次刪除共構題項 09、10 後，第 04、05 題自成一個構面，此構面題項數太少，不適宜單獨成為一個因素，故亦將其刪除，接著刪除第 18 題共構，第 03 題因素負荷量小於 .5，最後萃取出 2 個因素構面，第一個因素構面包含題項 06、08、15、16，共 4 題，命名為任務績效；第二個因素構面包含題項 11、12、13，共 3 題，命名為情境績效。分析結果如表 3-5-8。

表 3-5-8

國中教師工作績效量表因素分析摘要表

| 題號 | 任務績效 | 情境績效 |
|----------------|--------|----------|
| 08 | .803 | |
| 15 | .755 | |
| 06 | .724 | |
| 16 | .720 | |
| 12 | | .845 |
| 11 | | .722 |
| 13 | | .688 |
| 特徵值 | 2.339 | 1.848 |
| 累積解釋變異量 % | 33.409 | 59.802 |
| KMO | | .767 |
| Bartlett's球形檢定 | | 185.648* |

* : $p < .05$

(四)信度分析

為了解本量表內部一致性，本研究進一步實施信度分析，採用 Cronbach's α 係數來考驗工作績效量表各層面和整體內部一致性。吳明隆、涂金堂（2008）指出 Cronbach's α 係數值最好在 .70 以上，若在 .60 以上也勉強可以接受。而總量表的 Cronbach's α 係數最好在 .80 以上，若在 .90 以上則信度更好。

本量表經信度考驗分析結果，萃取二個因素構面，Cronbach's α 分別為：「任務績效」為 .768、「情境績效」為 .650，總量表之 Cronbach's α 係數為 .760，表示此量表信度良好，如表 3-5-9。

表 3-5-9

國中教師工作績效量表信度分析摘要表

| 分量表 | 題號 | Cronbach's α |
|-------------------------|-------------|---------------------|
| 任務績效 | 06、08、15、16 | .768 |
| 情境績效 | 11、12、13 | .650 |
| 總量表 Cronbach's α | | .760 |

第六節 資料分析

本研究問卷回收後，先刪除填答不完整之無效問卷後將有效問卷進行編碼，接著將有效問卷填答資料輸入電腦，再以 SPSS 12.0 版套裝軟體進行資料處理與統計分析。各項分析的顯著水準皆設定在 $\alpha = .05$ 以進行統計考驗。本研究採用的統計方法分述如下：

一、描述性統計分析

本研究首先針對研究樣本之個人基本資料進行描述性統計分析，分析重點包括性別、年齡、服務年資、最高學歷、擔任職務、婚姻狀況、家庭狀況、學校規模等八項背景變項。本研究將藉由使用次數分配、平均數、百分比及標準差等統計量來了解嘉義縣國中教師之個人背景變項、生活型態、休閒涉入與工作績效之現況。

二、單因子多變量變異數分析 (One-Way MANOVA)

利用單因子多變量變異數分析法，考驗個人背景資料對生活型態、休閒涉入、工作績效等三個研究變項是否有顯著差異。

三、LSD 法 (least significance difference method) 事後比較

經 MANOVA 分析後，若 p 值達到顯著水準，表示組別間至少有一對平均數之間有顯著差異，當各組人數不相等或想進行複雜的比較時，可使用 LSD 事後比較法進行比較，以檢定各組之間的差異情形。

四、徑路分析 (path analysis)

採用多元逐步迴歸分析法求出生活型態、休閒涉入及工作績效的路徑迴歸係數是否達到顯著差異水準，以考驗本研

究架構中各控制變項間的路徑是否存在。多元逐步迴歸分析的目的就是找出一個線性結合，把變數間之關係式具體表示出來，其功能主要為解釋與預測。本研究以多元逐步迴歸分析來探討嘉義縣國中教師生活型態對休閒涉入之預測力分析、生活型態對工作績效之預測力分析以及休閒涉入對工作績效之預測力分析。

五、本研究顯著水準訂為 $\alpha = .05$ 。

第四章 結果與討論

本章主要依據正式問卷所測得之結果進行統計分析，驗證前述之研究假設，並對各種統計分析結果加以討論，以求得對研究結果的具體瞭解。本章共分為七節，第一節為受試者基本資料之分析；第二節為不同背景變項在生活型態之結果分析；第三節為不同背景變項在休閒涉入之結果分析；第四節為不同背景變項在工作績效之結果分析；第五節為生活型態、休閒涉入與工作績效之相關分析；第六節為研究假設之驗證；第七節為綜合討論。

第一節 受試者基本資料之分析

本研究以102學年度嘉義縣國中教師作為研究對象，以回收之446份有效問卷來分析受試者之個人基本資料特性，包括性別、年齡、服務年資、學歷、擔任職務、婚姻狀況、家庭狀況、學校規模等八項（詳如表4-1-1），為利於統計分析，並將部份項目組別人數過少者，進一步做組別合併（詳如表4-1-2），依序分析如下：

- (一)受試者性別分佈情形，男教師較女教師多，分別為男教師共239人，佔53.6%；女教師共207人，佔46.4%。
- (二)受試者年齡分佈情形，以31-40歲共249人為最多，佔55.8%；其他由多至少依序為41-50歲共121人，佔27.1%；30歲(含)以下共47人，佔10.5%；51-60歲共29人，佔6.5%。其中61歲以上者為0，故將其刪除。

- (三)受試者服務年資分佈情形，以6-15年共267人為最多，佔59.9%；其他由多至少依序為16-25年共113人，佔25.3%；5年(含)以下共60人，佔13.5%；26年(含)以上共6人，佔1.3%。本研究因「26年(含)以上」的人數過少只有6人，與其他組別差異過大，因此將其和「16~25年」併成一組，變更為「16年(含)以上」，合併過後總計為119人，佔26.6%。
- (四)受試者學歷分佈情形，以碩士(含)以上共235人為最多，佔52.7%；其他由多至少依序為大學(含師院)者共208人，佔46.6%；專科(含師專)共3人，佔0.7%。本研究因「專科(含師專)」的人數過少只有3人，與其他組別差異過大，因此將其和「大學(含師院)」併成一組，變更為「大學(含師院及以下)」，合併過後總計為211人，佔47.3%。
- (五)受試者擔任職務分佈情形，教師兼行政(含主任、組長)共179人為最多，佔40.1%；其他由多至少依序為導師共166人，佔37.2%；專任教師共60人，佔13.5%；代理教師共33人，佔7.4%；兼課教師共8人，佔1.8%。本研究因「兼課教師」的人數過少只有8人，與其他組別差異過大，因此將其和「代理教師」併成一組，變更為「兼、代課教師」，合併過後總計為41人，佔9.2%。
- (六)受試者婚姻狀況分佈情形，已婚者共350人為最多，佔78.5%；其他由多至少依序為未婚者共93人，佔20.9%；已婚單身共3人，佔0.7%。本研究因「已婚單身」

的人數過少只有3人，不具分析價值，因此將其和「已婚」併成一組，合併過後，總計為353人，佔79.1%。

(七)受試者家庭狀況分佈情形，小家庭共277人為最多，佔62.1%；其他由多至少依序為折衷家庭共133人，佔29.8%；大家庭共36人，佔8.1%。

(八)受試者學校規模分佈情形，25班以上共251人為最多，佔56.3%；其他由多至少依序為13-24班共117人，佔26.2%；12班(含)以下共78人，佔17.5%。

表 4-1-1

正式樣本(原始)基本資料分析表

| 背景變項項目 | 組別 | 人數 | 百分比% |
|--------|-------------------|-----|------|
| 性別 | 男性 | 239 | 53.6 |
| | 女性 | 207 | 46.4 |
| 年齡 | 30歲(含)以下 | 47 | 10.5 |
| | 31-40歲 | 249 | 55.8 |
| | 41-50歲 | 121 | 27.1 |
| | 51-60歲 | 29 | 6.5 |
| | 61歲以上 | 0 | 0 |
| | 5年(含)以下 | 60 | 13.5 |
| 服務年資 | 6-15年 | 267 | 59.9 |
| | 16-25年 | 113 | 25.3 |
| | 26年(含)以上 | 6 | 1.3 |
| 學歷 | 專科(含師專) | 3 | 0.7 |
| | 大學(含師院) | 208 | 46.6 |
| | 碩士(含)以上 | 235 | 52.7 |
| | 教師兼行政 (含主任、組長) | 179 | 40.1 |
| 擔任職務 | 導師 | 166 | 37.2 |
| | 專任教師 | 60 | 13.5 |
| | 代理教師 | 33 | 7.4 |
| | 兼課教師 | 8 | 1.8 |

(續下頁)

| 背景變項項目 | 組別 | 人數 | 百分比% |
|--------|----------|-----|------|
| 婚姻狀況 | 未婚 | 93 | 20.9 |
| | 已婚 | 350 | 78.5 |
| | 已婚單身 | 3 | 0.7 |
| 家庭狀況 | 小家庭 | 277 | 62.1 |
| | 大家庭 | 36 | 8.1 |
| | 折衷家庭 | 133 | 29.8 |
| 學校規模 | 12班(含)以下 | 78 | 17.5 |
| | 13-24班 | 117 | 26.2 |
| | 25班以上 | 251 | 56.3 |

部分組別因人數過少不具分析價值，進一步將其組別合併如表 4-1-2：

表 4-1-2

正式樣本(組別合併後)基本資料分析表

| 背景變項項目 | 組別 | 人數 | 百分比% |
|--------|-------------------|-----|------|
| 性別 | 男性 | 239 | 53.6 |
| | 女性 | 207 | 46.4 |
| 年齡 | 30歲(含)以下 | 47 | 10.5 |
| | 31-40歲 | 249 | 55.8 |
| | 41-50歲 | 121 | 27.1 |
| | 51-60歲 | 29 | 6.5 |
| 服務年資 | 5年(含)以下 | 60 | 13.5 |
| | 6-15年 | 267 | 59.9 |
| | 16年(含)以上 | 119 | 26.6 |
| 學歷 | 大學(含師院及以下) | 211 | 47.3 |
| | 碩士(含)以上 | 235 | 52.7 |
| | 教師兼行政 (含主任、組長) | 179 | 40.1 |
| 擔任職務 | 導師 | 166 | 37.2 |
| | 專任教師 | 60 | 13.5 |
| | 兼、代課教師 | 41 | 9.2 |
| 婚姻狀況 | 未婚 | 93 | 20.9 |
| | 已婚 | 353 | 79.1 |

(續下頁)

| 背景變項項目 | 組別 | 人數 | 百分比% |
|--------|----------|-----|------|
| 家庭狀況 | 小家庭 | 277 | 62.1 |
| | 大家庭 | 36 | 8.1 |
| | 折衷家庭 | 133 | 29.8 |
| 學校規模 | 12班(含)以下 | 78 | 17.5 |
| | 13-24班 | 117 | 26.2 |
| | 25班以上 | 251 | 56.3 |

第二節 不同背景變項在生活型態之結果分析

本節主要目的在瞭解嘉義縣國中教師在生活型態五個構面（知識取向、健康取向、運動取向、時尚取向、社交取向）之現況，以及不同人口背景變項教師在生活型態上的差異情形，並進一步以單因子多變量變異數分析與LSD事後比較等統計方法進行分析，以驗證研究假設是否成立。

一、嘉義縣國中教師生活型態現況分析

由表4-2-1得知，受試者之生活型態以「知識取向」（平均值＝3.79）最高，其次依序為「健康取向」（平均值＝3.78）、「運動取向」（平均值＝3.60）、「時尚取向」（平均值＝3.54），而「社交取向」（平均值＝3.10）為最低，「整體生活型態」平均值為3.52。

表 4-2-1

受試者生活型態各因素構面得分情形摘要表

| 構面名稱 | 最小值 | 最大值 | 平均數 | 標準差 | 排序 |
|--------|------|------|------|------|----|
| 知識取向 | 1.00 | 5.00 | 3.79 | 0.75 | 1 |
| 健康取向 | 1.00 | 5.00 | 3.78 | 0.78 | 2 |
| 運動取向 | 1.00 | 5.00 | 3.60 | 0.91 | 3 |
| 時尚取向 | 1.00 | 5.00 | 3.54 | 0.80 | 4 |
| 社交取向 | 1.00 | 4.80 | 3.10 | 0.72 | 5 |
| 整體生活型態 | 1.00 | 4.95 | 3.52 | 0.67 | |

資料來源：研究者彙整

由表 4-2-2 生活型態之各題得分觀之，最為符合的前五題依序為「我經常從雜誌、書籍或網路上吸取新知識」(平均值=4.01；標準差=0.83)、「我喜歡和親朋好友來往」(平均值=3.96；標準差=0.94)、「有空閒時，我喜歡去運動放鬆心情」(平均值=3.95；標準差=0.89)、「有空閒時，我喜歡閱讀書報雜誌」(平均值=3.94；標準差=0.94)、「我會特別留意流行時尚的趨勢」(平均值=3.82；標準差=0.83)。

而最不符合的前五題依序為「在別人眼裡，我是個時尚有品味的人」(平均值=3.21；標準差=1.00)、「我和同事或朋友們經常聚會」(平均值=3.14；標準差=0.97)、「我喜歡參加藝文活動」(平均值=3.10；標準差=0.91)、「我喜歡成為眾所矚目的焦點」(平均值=3.02；標準差=1.05)、「同事、朋友經常會來請教我問題」(平均值=2.69；標準差=0.79)。

表 4-2-2

生活型態各題得分情形摘要表

| 題號 | 題項 | 平均數 | 標準差 | 排序 |
|----|--------------------|------|------|----|
| 12 | 我經常從雜誌、書籍或網路上吸取新知識 | 4.01 | 0.83 | 1 |
| 07 | 我喜歡和親朋好友來往 | 3.96 | 0.94 | 2 |
| 03 | 有空閒時，我喜歡去運動放鬆心情 | 3.95 | 0.89 | 3 |
| 16 | 有空閒時，我喜歡閱讀書報雜誌 | 3.94 | 0.94 | 4 |
| 08 | 我會特別留意流行時尚的趨勢 | 3.82 | 0.83 | 5 |
| 14 | 我會隨時留意教育方面的新資訊 | 3.80 | 0.86 | 6 |
| 05 | 我非常注意自己的健康狀況 | 3.71 | 1.00 | 7 |
| 04 | 我會特別注意飲食的選擇與控制 | 3.66 | 0.91 | 8 |
| 11 | 我喜歡有品牌且流行性高的商品 | 3.59 | 0.96 | 9 |
| 01 | 我經常運動以保持身心健康 | 3.59 | 1.12 | 9 |
| 17 | 我喜歡嘗試具挑戰性、競爭性的工作 | 3.56 | 0.90 | 11 |
| 09 | 我對流行、新奇的事物相當感興趣 | 3.55 | 0.90 | 12 |
| 15 | 我經常購買書籍或雜誌 | 3.39 | 1.04 | 13 |
| 02 | 一天沒運動我會覺得不舒服 | 3.25 | 1.10 | 14 |
| 10 | 在別人眼裡，我是個時尚有品味的人 | 3.21 | 1.00 | 15 |
| 06 | 我和同事或朋友們經常聚會 | 3.14 | 0.97 | 16 |
| 13 | 我喜歡參加藝文活動 | 3.10 | 0.91 | 17 |
| 19 | 我喜歡成為眾所矚目的焦點 | 3.02 | 1.05 | 18 |
| 18 | 同事、朋友經常會來請教我問題 | 2.69 | 0.79 | 19 |

資料來源：研究者彙整

二、人口背景變項在生活型態上之差異分析

本小節主要目的在瞭解不同人口背景變項之教師在知識取向、健康取向、運動取向、時尚取向、社交取向等五個構面的差異情形，並針對達顯著差異水準之構面進行 LSD 事後比較。

(一) 不同性別教師在生活型態上之差異情形

以單因子多變量變異數分析(One-way MANOVA)驗證研究假設 H1-1 是否獲得支持，發現不同性別教師在生活型態

上未達顯著差異水準 (Wilks' $\lambda = .990$, $p = .497$)。因此，研究假設 H1-1「不同性別教師在生活型態上達顯著差異水準」未獲得支持，即不同性別教師在生活型態上沒有顯著差異，結果如表 4-2-3。

表 4-2-3

不同性別教師生活型態多變量變異數分析摘要表

| 效應項 | F檢定 | 假設自由度 | 誤差自由度 | Wilks' λ | p 值 |
|-----|------|-------|---------|------------------|-------|
| 性別 | .875 | 5.000 | 440.000 | .990 | .497 |

(二) 不同年齡教師在生活型態上之差異情形

以單因子多變量變異數分析 (One-way MANOVA) 驗證研究假設 H1-2 是否獲得支持，發現不同年齡教師在生活型態上未達顯著差異水準 (Wilks' $\lambda = .965$, $p = .395$)。因此，研究假設 H1-2「不同年齡教師在生活型態上達顯著差異水準」未獲得支持，即不同年齡教師在生活型態上沒有顯著差異，結果如表 4-2-4。

表 4-2-4

不同年齡教師生活型態多變量變異數分析摘要表

| 效應項 | F檢定 | 假設自由度 | 誤差自由度 | Wilks' λ | p 值 |
|-----|-------|--------|----------|------------------|-------|
| 年齡 | 1.055 | 15.000 | 1209.527 | .965 | .395 |

(三) 不同服務年資之教師在生活型態上之差異情形

以單因子多變量變異數分析 (One-way MANOVA) 驗證研究假設 H1-3 是否獲得支持，發現不同服務年資之教師在生活型態上未達顯著差異水準 (Wilks' $\lambda = .986$, $p = .796$)。因此，

研究假設 H1-3 「不同服務年資之教師在生活型態上達顯著差異水準」未獲得支持，即不同服務年資教師在生活型態上沒有顯著差異，結果如表 4-2-5。

表 4-2-5

不同服務年資教師生活型態多變量變異數分析摘要表

| 效應項 | F檢定 | 假設自由度 | 誤差自由度 | Wilks' λ | p值 |
|------|------|--------|---------|------------------|------|
| 服務年資 | .622 | 10.000 | 878.000 | .986 | .796 |

(四) 不同學歷之教師在生活型態上之差異情形

以單因子多變量變異數分析 (One-way MANOVA) 驗證研究假設 H1-4 是否獲得支持，發現不同學歷之教師在生活型態上未達顯著差異水準 (Wilks' $\lambda = .984$, $p = .228$)。因此，研究假設 H1-4 「不同學歷之教師在生活型態上達顯著差異水準」未獲得支持，即不同學歷教師在生活型態上沒有顯著差異，結果如表 4-2-6。

表 4-2-6

不同學歷教師生活型態多變量變異數分析摘要表

| 效應項 | F檢定 | 假設自由度 | 誤差自由度 | Wilks' λ | p值 |
|-----|-------|-------|---------|------------------|------|
| 學歷 | 1.386 | 5.000 | 440.000 | .984 | .228 |

(五) 擔任不同職務之教師在生活型態上之差異情形

以單因子多變量變異數分析 (One-way MANOVA) 驗證研究假設 H1-5 是否獲得支持，發現擔任不同學歷之教師在生活型態上未達顯著差異水準 (Wilks' $\lambda = .963$, $p = .333$)。因此，研究假設 H1-5 「擔任不同職務之教師在生活型態上達顯著差

異水準」未獲得支持，即擔任不同職務教師在生活型態上沒有顯著差異，結果如表 4-2-7。

表 4-2-7

擔任不同職務教師生活型態多變量變異數分析摘要表

| 效應項 | F檢定 | 假設自由度 | 誤差自由度 | Wilks' λ | p 值 |
|------------|-------|--------|----------|------------------|-------|
| 擔任不同 職務 | 1.119 | 15.000 | 1209.527 | .963 | .333 |

(六) 不同婚姻狀況之教師在生活型態上之差異情形

以單因子多變量變異數分析(One-way MANOVA)驗證研究假設 H1-6 是否獲得支持，發現不同婚姻狀況之教師在生活型態上未達顯著差異水準(Wilks' $\lambda = .987$ ， $p = .331$)。因此，研究假設 H1-6「不同婚姻狀況之教師在生活型態上達顯著差異水準」未獲得支持，即不同婚姻狀況教師在生活型態上沒有顯著差異，結果如表 4-2-8。

表 4-2-8

不同婚姻狀況教師生活型態多變量變異數分析摘要表

| 效應項 | F檢定 | 假設自由度 | 誤差自由度 | Wilks' λ | p 值 |
|------|-------|-------|---------|------------------|-------|
| 婚姻狀況 | 1.155 | 5.000 | 440.000 | .987 | .331 |

(七) 不同家庭狀況之教師在生活型態上之差異情形

以單因子多變量變異數分析(One-way MANOVA)驗證研究假設 H1-7 是否獲得支持，發現不同家庭狀況之老師在生活型態上達顯著差異水準(Wilks' $\lambda = .954$ ， $p = .024$)。進一步探

討不同家庭狀況在生活型態各構面上的差異，結果如表 4-2-9。

表 4-2-9

不同家庭狀況教師生活型態多變量變異數分析摘要表

| 效應項 | 整體 Wilks' λ | F 值 | p 值 | 因素 構面名稱 | 因素構面 | | LSD 事後 比較 |
|----------|---------------------------|-------|------|------------|-------|------|-----------------|
| | | | | | F 值 | p 值 | |
| 家庭 狀況 | .954 | 2.070 | .024 | 時尚 取向 | .792 | .453 | N/A |
| | | | | 社交 取向 | .675 | .510 | N/A |
| | | | | 運動 取向 | .148 | .862 | N/A |
| | | | | 知識 取向 | .235 | .790 | N/A |
| | | | | 健康 取向 | 1.331 | .265 | N/A |

註：N/A=無顯著

由表 4-2-9 得知不同家庭狀況在生活型態之五個構面皆未達顯著差異，因此，研究假設 H1-7「不同家庭狀況教師在生活型態上達顯著差異水準」未獲得支持，即不同家庭狀況教師在生活型態上沒有顯著差異。

(八) 不同學校規模之教師在生活型態上之差異情形

以單因子多變量變異數分析 (One-way MANOVA) 驗證研究假設 H1-8 是否獲得支持，發現不同學校規模之教師在生活型態上達顯著差異水準 (Wilks' $\lambda = .897$, $p = .000$)。其中之「運動取向」($F = 3.479$, $p = .032$)及「健康取向」($F = 6.947$, $p = .001$)二個構面達顯著水準。

經 LSD 事後比較法發現，在「運動取向」構面中，「13-24 班」顯著高於「25 班以上」；在「健康取向」構面，「12 班(含)以下」、「13-24 班」顯著高於「25 班以上」，而「12 班(含)以下」和「13-24 班」則無顯著差異。因此，研究假設 H1-8「不同學校規模之教師在生活型態上達顯著差異水準」獲得部分支持，即不同學校規模教師在生活型態上有顯著差異，結果如表 4-2-10。

表 4-2-10

不同學校規模教師生活型態多變量變異數分析摘要表

| 效應項 | 整體 Wilks'λ | F 值 | p 值 | 因素 構面 名稱 | 因素構面 | | LSD 事 後比較 |
|--------------|---------------|-------|------|----------------|-------|------|--------------|
| | | | | | F 值 | p 值 | |
| 學校 規 模 | .897 | 4.882 | .000 | 時尚 取向 | 1.589 | .205 | N/A |
| | | | | 社交 取向 | 2.693 | .069 | N/A |
| | | | | 運動 取向 | 3.479 | .032 | 2>3 |
| | | | | 知識 取向 | 1.171 | .311 | N/A |
| | | | | 健康 取向 | 6.947 | .001 | (1、2)>3 |

註：1=12 班(含)以下，2=13-24 班，3=25 班以上，N/A=無顯著

(九) 小結

綜上所述，結果顯示出「學校規模」於生活型態上有顯著差異存在，因此，研究假設 H1「不同背景變項之國中教師在生活型態上有顯著差異」獲得部分支持，茲將不同背景變項在生活型態的差異情形整理如表 4-2-11。

表 4-2-11

不同背景變項教師生活型態之驗證結果總表

| 背景變項 | 時尚取向 | 社交取向 | 運動取向 | 知識取向 | 健康取向 |
|------|------|------|------|------|------|
| 性別 | | | | | |
| 年齡 | | | | | |
| 服務年資 | | | | | |
| 學歷 | | | | | |
| 擔任職務 | | | | | |
| 婚姻狀況 | | | | | |
| 家庭狀況 | | | | | |
| 學校規模 | | | * | | * |

註：*表示該背景變項於生活型態有顯著差異

第三節 不同背景變項在休閒涉入之結果分析

本節主要目的在瞭解嘉義縣國中教師在休閒涉入三個構面（吸引力、自我表現、生活中心性）之現況，以及不同人口背景變項教師在休閒涉入上的差異情形，並進一步以單因子多變量變異數分析與LSD事後比較等統計方法進行分析，以驗證研究假設是否成立。

一、嘉義縣國中教師休閒涉入現況分析

由表4-3-1得知，受試者之休閒涉入以「自我表現」（平均值=3.41）最高，其次為「吸引力」（平均值=3.40），「生活中心性」（平均值=2.80）為最低，「整體休閒涉入」平均值為3.20。

表4-3-1

受試者休閒涉入各因素構面得分情形摘要表

| 構面名稱 | 最小值 | 最大值 | 平均數 | 標準差 | 排序 |
|--------|------|------|------|------|----|
| 自我表現 | 1.75 | 4.75 | 3.41 | 0.57 | 1 |
| 吸引力 | 1.00 | 5.00 | 3.40 | 0.78 | 2 |
| 生活中心性 | 1.25 | 4.25 | 2.80 | 0.57 | 3 |
| 整體休閒涉入 | 1.58 | 4.67 | 3.20 | 0.57 | |

資料來源：研究者彙整

由表4-3-2休閒涉入之各題得分觀之，最為符合的前五題依序為「即使我沒有參與該項休閒活動我仍然可以和其他人侃侃而談」（平均值=3.84，標準差=0.84）、「參與喜愛的休閒活動使我感到愉悅」（平均值=3.62，標準差=0.80）、「參與喜愛的休閒活動使我感到有趣」（平均值=3.60，標準差=0.78）、「參與喜愛的休閒活動令我很開心」（平均值=3.57，標準差=0.79）、「我會蒐集我喜愛的休閒活動之相關資訊以

提升我對該休閒活動的了解」(平均值=3.45, 標準差=0.84)。其中有3題是屬於「吸引力」構面, 顯示受試者認為休閒參與是重要且開心的事情。

而最不符合的前五題依序為「再忙我也會抽空參與休閒活動」(平均值=3.20, 標準差=1.03)、「他人可以從我參與休閒活動的過程了解我」(平均值=3.09, 標準差=0.81)、「參與喜愛的休閒活動對我來說很重要」(平均值=2.82, 標準差=1.01)、「我的生活大部分和喜愛的休閒活動有關」(平均值=2.53, 標準差=1.08)、「休閒活動對我而言不重要」(平均值=2.03, 標準差=0.85)。其中有三題是屬於「生活中心性」, 顯示休閒涉入在受試者的生活中仍有提升的空間。

表 4-3-2

休閒涉入各題得分情形摘要表

| 題號 | 題項 | 平均數 | 標準差 | 排序 |
|----|------------------------------------|------|------|----|
| 10 | 即使我沒有參與該項休閒活動我仍然可以和他侃侃而談 | 3.84 | 0.84 | 1 |
| 03 | 參與喜愛的休閒活動使我感到愉悅 | 3.62 | 0.80 | 2 |
| 05 | 參與喜愛的休閒活動使我感到有趣 | 3.60 | 0.78 | 3 |
| 06 | 參與喜愛的休閒活動令我很開心 | 3.57 | 0.79 | 4 |
| 02 | 我會蒐集我喜愛的休閒活動之相關資訊以 提升我對該休閒活動的了解 | 3.45 | 0.84 | 5 |
| 09 | 參與休閒活動時能展現真實的自我 | 3.39 | 0.87 | 6 |
| 08 | 參與休閒活動是我和朋友聯繫感情的重要 方式 | 3.30 | 0.84 | 7 |
| 01 | 再忙我也會抽空參與休閒活動 | 3.20 | 1.03 | 8 |
| 11 | 他人可以從我參與休閒活動的過程了解我 | 3.09 | 0.81 | 9 |
| 04 | 參與喜愛的休閒活動對我來說很重要 | 2.82 | 1.01 | 10 |
| 07 | 我的生活大部分和喜愛的休閒活動有關 | 2.53 | 1.08 | 11 |
| 12 | 休閒活動對我而言不重要 | 2.03 | 0.85 | 12 |

資料來源：研究者彙整

二、人口背景變項在休閒涉入上之差異分析

本小節主要目的在瞭解不同人口背景變項之教師在吸引力、自我表現、生活中心性等三個構面的差異情形，並針對達顯著差異水準之構面進行 LSD 事後比較。

(一) 不同性別教師在休閒涉入上之差異情形

以單因子多變量變異數分析 (One-way MANOVA) 驗證研究假設 H2-1 是否獲得支持，發現不同性別之教師在休閒涉入上達顯著差異水準 ($Wilks' \lambda = .970$, $p = .004$)。進一步探討性別在休閒涉入各構面上的差異，其中之「自我表現」($F = 6.699$, $p = .010$) 構面達顯著水準。

經 LSD 事後比較法發現，在「自我表現」構面中，「男性」顯著高於「女性」。因此，研究假設 H2-1「不同性別之教師在休閒涉入上達顯著差異水準」獲得部分支持，即不同性別教師在休閒涉入上有顯著差異，結果如表 4-3-3。

表 4-3-3

不同性別教師休閒涉入多變量變異數分析摘要表

| 效應項 | 整體 Wilks' λ | F 值 | p 值 | 因素 構面名稱 | 因素構面 | | LSD 事後 比較 |
|-----|---------------------------|-------|------|------------|-------|------|-----------------|
| | | | | | F 值 | p 值 | |
| 性別 | .970 | 4.531 | .004 | 吸引力 | .001 | .981 | N/A |
| | | | | 自我 表現 | 6.699 | .010 | 1>2 |
| | | | | 生活中 心性 | .174 | .676 | N/A |

註：1=男性，2=女性，N/A=無顯著

(二) 不同年齡教師在休閒涉入上之差異情形

以單因子多變量變異數分析(One-way MANOVA)驗證研究假設H2-2是否獲得支持，發現不同年齡教師在休閒涉入上未達顯著差異水準(Wilks' $\lambda = .978$ ， $p = .366$)。因此，研究假設H2-2「不同年齡教師在休閒涉入上達顯著差異水準」未獲得支持，即不同年齡教師在休閒涉入上沒有顯著差異，結果如表4-3-4。

表4-3-4

不同年齡教師休閒涉入多變量變異數分析摘要表

| 效應項 | F檢定 | 假設自由度 | 誤差自由度 | Wilks' λ | p值 |
|-----|-------|-------|----------|------------------|------|
| 年齡 | 1.091 | 9.000 | 1070.995 | .978 | .366 |

(三) 不同服務年資之教師在休閒涉入上之差異情形

以單因子多變量變異數分析(One-way MANOVA)驗證研究假設H2-3是否獲得支持，發現不同服務年資之教師在休閒涉入上未達顯著差異水準(Wilks' $\lambda = .994$ ， $p = .868$)。因此，研究假設H2-3「不同服務年資之教師在休閒涉入上達顯著差異水準」未獲得支持，即不同服務年資教師在休閒涉入上沒有顯著差異，結果如表4-3-5。

表4-3-5

不同服務年資教師休閒涉入多變量變異數分析摘要表

| 效應項 | F檢定 | 假設自由度 | 誤差自由度 | Wilks' λ | p值 |
|------|------|-------|---------|------------------|------|
| 服務年資 | .417 | 6.000 | 882.000 | .994 | .868 |

(四) 不同學歷之教師在休閒涉入上之差異情形

以單因子多變量變異數分析(One-way MANOVA)驗證研究假設H2-4是否獲得支持，發現不同學歷之教師在休閒涉入上未達顯著差異水準(Wilks' $\lambda = .997$ ， $p = .752$)。因此，研究假設H2-4「不同學歷之教師在休閒涉入上達顯著差異水準」未獲得支持，即不同學歷教師在休閒涉入上沒有顯著差異，結果如表4-3-6。

表4-3-6

不同學歷教師休閒涉入多變量變異數分析摘要表

| 效應項 | F檢定 | 假設自由度 | 誤差自由度 | Wilks' λ | p值 |
|-----|------|-------|---------|------------------|------|
| 學歷 | .402 | 3.000 | 442.000 | .997 | .752 |

(五) 擔任不同職務之教師在休閒涉入上之差異情形

以單因子多變量變異數分析(One-way MANOVA)驗證研究假設H2-5是否獲得支持，發現擔任不同職務之教師在休閒涉入上未達顯著差異水準(Wilks' $\lambda = .980$ ， $p = .427$)。因此，研究假設H2-5「擔任不同職務之教師在休閒涉入上達顯著差異水準」未獲得支持，即擔任不同職務教師在休閒涉入上沒有顯著差異，結果如表4-3-7。

表4-3-7

擔任不同職務教師休閒涉入多變量變異數分析摘要表

| 效應項 | F檢定 | 假設自由度 | 誤差自由度 | Wilks' λ | p值 |
|------|-------|-------|----------|------------------|------|
| 擔任職務 | 1.014 | 9.000 | 1070.995 | .980 | .427 |

(六) 不同婚姻狀況之教師在休閒涉入上之差異情形

以單因子多變量變異數分析(One-way MANOVA)驗證研究假設 H2-6 是否獲得支持，發現不同婚姻狀況之教師在休閒涉入上達顯著差異水準(Wilks'λ = .981, $p = .038$)。進一步探討婚姻狀況在休閒涉入各構面上的差異，其中之「生活中心性」($F = 4.098$, $p = .044$)構面達顯著水準。

經 LSD 事後比較法發現，在「生活中心性」構面中，「已婚」顯著高於「未婚」。因此，研究假設 H2-6「不同婚姻狀況之教師在休閒涉入上達顯著差異水準」獲得部分支持，即不同婚姻狀況教師在休閒涉入上有顯著差異，結果如表 4-3-8。

表 4-3-8

不同婚姻狀況教師休閒涉入多變量變異數分析摘要表

| 效應項 | 整體 Wilks'λ | F 值 | p 值 | 因素構面名稱 | 因素構面 | | LSD 事後比較 |
|------|------------|-------|------|--------|-------|------|----------|
| | | | | | F 值 | p 值 | |
| 婚姻狀況 | .981 | 2.837 | .038 | 吸引力 | .156 | .693 | N/A |
| | | | | 自我表現 | 2.017 | .156 | N/A |
| | | | | 生活中心性 | 4.098 | .044 | 2>1 |

註：1=未婚，2=已婚，N/A=無顯著

(七) 不同家庭狀況之教師在休閒涉入上之差異情形

以單因子多變量變異數分析(One-way MANOVA)驗證研究假設 H2-7 是否獲得支持，發現不同家庭狀況之教師在休閒涉入上未達顯著差異水準(Wilks'λ = .989, $p = .551$)。因此，研究假設 H2-7「不同家庭狀況之教師在休閒涉入上達顯著差

異水準」未獲得支持，即不同家庭狀況教師在休閒涉入上沒有顯著差異，結果如表 4-3-9。

表 4-3-9

不同家庭狀況教師休閒涉入多變量變異數分析摘要表

| 效應項 | F檢定 | 假設自由度 | 誤差自由度 | Wilks' λ | p 值 |
|------|------|-------|---------|------------------|-------|
| 家庭狀況 | .824 | 6.000 | 882.000 | .989 | .551 |

(八) 不同學校規模之教師在休閒涉入上之差異情形

以單因子多變量變異數分析(One-way MANOVA)驗證研究假設 H2-8 是否獲得支持，發現不同學校規模之教師在生活型態上達顯著差異水準(Wilks' $\lambda = .940$ ， $p = .000$)。進一步探討不同學校規模在休閒涉入各構面上的差異，結果如表 4-3-10。

表 4-3-10

不同學校規模教師休閒涉入多變量變異數分析摘要表

| 效應項 | 整體 Wilks' λ | F值 | p 值 | 因素構面名稱 | 因素構面 | | LSD事後比較 |
|------|---------------------|-------|-------|--------|-------|-------|---------|
| | | | | | F值 | p 值 | |
| 學校規模 | .940 | 4.612 | .000 | 吸引力 | 1.145 | .319 | N/A |
| | | | | 自我表現 | .848 | .429 | N/A |
| | | | | 生活中心性 | 1.950 | .143 | N/A |

註：N/A=無顯著

由表 4-3-9 得知不同學校規模在休閒涉入之三個構面皆未達顯著差異，因此，研究假設 H2-8「不同學校規模教師在休閒涉入上達顯著差異水準」未獲得支持，即不同學校規模

教師在休閒涉入上沒有顯著差異。

(九) 小結

綜上所述，結果顯示出「性別」、「婚姻狀況」於休閒涉入上有顯著差異存在，因此，研究假設 H2「不同背景變項之國中教師在休閒涉入上有顯著差異」獲得部分支持，茲將不同背景變項在休閒涉入的差異情形整理如表 4-3-11。

表 4-3-11

不同背景變項教師休閒涉入之驗證結果總表

| 背景變項 | 吸引力 | 自我表現 | 生活中心性 |
|------|-----|------|-------|
| 性別 | | * | |
| 年齡 | | | |
| 服務年資 | | | |
| 學歷 | | | |
| 擔任職務 | | | |
| 婚姻狀況 | | | * |
| 家庭狀況 | | | |
| 學校規模 | | | |

註：*表示該背景變項於休閒涉入有顯著差異

第四節 不同背景變項在工作績效之結果分析

本節主要目的在瞭解嘉義縣國民中學教師在工作績效二個構面（任務績效、情境績效）之現況，以及不同人口背景變項教師在工作績效上的差異情形，並進一步以單因子多變量變異數分析與LSD事後比較等統計方法進行分析，以驗證研究假設是否成立。

一、嘉義縣國中教師工作績效現況分析

由表4-4-1得知，受試者之「情境績效」、「任務績效」及「整體工作績效」之平均值四捨五入後皆為3.64，屬中上程度。代表嘉義縣國中教師們不管在任務績效、情境績效或整體工作績效上表現都不錯。

表4-4-1

受試者工作績效各因素構面得分情形摘要表

| 構面名稱 | 最小值 | 最大值 | 平均數 | 標準差 | 排序 |
|--------|------|------|-------|------|----|
| 情境績效 | 2.00 | 5.00 | 3.641 | 0.56 | 1 |
| 任務績效 | 2.00 | 5.00 | 3.637 | 0.56 | 2 |
| 整體工作績效 | 2.00 | 5.00 | 3.639 | 0.51 | |

資料來源：研究者彙整

由表4-4-2工作績效之各題得分觀之，最為符合的前三題依序為「我會主動解決工作上的問題」（平均值=3.83，標準差=0.80）、「我會嚴格遵守學校的相關規範」（平均值=3.78，標準差=0.62）、「我能與同事保持良好的合作關係」（平均值=3.78，標準差=0.82）。

而最不符合的前三題依序為「工作上我總是充滿幹勁」（平均值=3.65，標準差=0.85）、「當同事忙不過來時，我樂於主動幫忙分擔」（平均值=3.37，標準差=0.77）、「我

相當熟悉學校內應遵守的規範及工作內容」(平均值=3.32, 標準差=0.75)。

表 4-4-2

工作績效各題得分情形摘要表

| 題號 | 題項 | 平均數 | 標準差 | 排序 |
|----|---------------------|------|------|----|
| 01 | 我會主動解決工作上的問題 | 3.83 | 0.80 | 1 |
| 04 | 我會嚴格遵守學校的相關規範 | 3.78 | 0.62 | 2 |
| 03 | 我能與同事保持良好的合作關係 | 3.78 | 0.82 | 2 |
| 06 | 我會不斷學習和工作相關的新知識、新技巧 | 3.74 | 0.85 | 4 |
| 07 | 工作上我總是充滿幹勁 | 3.65 | 0.85 | 5 |
| 05 | 當同事忙不過來時,我樂於主動幫忙分擔 | 3.37 | 0.77 | 6 |
| 02 | 我相當熟悉學校內應遵守的規範及工作內容 | 3.32 | 0.75 | 7 |

資料來源：研究者彙整

二、人口背景變項在工作績效上之差異分析

本小節主要目的在瞭解不同人口背景變項之教師在任務績效、情境績效等二個構面的差異情形，並針對達顯著差異水準之構面進行事後比較。

(一) 不同性別教師在工作績效上之差異情形

以單因子多變量變異數分析(One-way MANOVA)驗證研究假設 H3-1 是否獲得支持，發現不同性別之教師在工作績效上未達顯著差異水準($Wilks' \lambda = .998, p = .672$)。因此，研究假設 H3-1「不同性別教師在工作績效上達顯著差異水準」未獲得支持，即不同性別教師在工作績效上沒有顯著差異，結果如表 4-4-3。

表 4-4-3

不同性別教師工作績效多變量變異數分析摘要表

| 效應項 | F檢定 | 假設自由度 | 誤差自由度 | Wilks' λ | p 值 |
|-----|------|-------|---------|------------------|-------|
| 性別 | .399 | 2.000 | 443.000 | .998 | .672 |

(二) 不同年齡教師在工作績效上之差異情形

以單因子多變量變異數分析(One-way MANOVA)驗證研究假設H3-2是否獲得支持，發現不同年齡教師在工作績效上未達顯著差異水準(Wilks' $\lambda = .994$ ， $p = .850$)。因此，研究假設H3-2「不同年齡教師在工作績效上達顯著差異水準」未獲得支持，即不同年齡教師在工作績效上沒有顯著差異，結果如表4-4-4。

表 4-4-4

不同年齡教師工作績效多變量變異數分析摘要表

| 效應項 | F檢定 | 假設自由度 | 誤差自由度 | Wilks' λ | p 值 |
|-----|------|-------|---------|------------------|-------|
| 年齡 | .444 | 6.000 | 882.000 | .994 | .850 |

(三) 不同服務年資之教師在工作績效上之差異情形

以單因子多變量變異數分析(One-way MANOVA)驗證研究假設H3-3是否獲得支持，發現不同服務年資之教師在工作績效上未達顯著差異水準(Wilks' $\lambda = .991$ ， $p = .429$)。因此，研究假設H3-3「不同服務年資之教師在工作績效上達顯著差異水準」未獲得支持，即不同服務年資教師在工作績效上沒有顯著差異，結果如表4-4-5。

表 4-4-5

不同服務年資教師工作績效多變量變異數分析摘要表

| 效應項 | F檢定 | 假設自由度 | 誤差自由度 | Wilks' λ | p 值 |
|------|------|-------|---------|------------------|-------|
| 服務年資 | .959 | 4.000 | 884.000 | .991 | .429 |

(四) 不同學歷之教師在工作績效上之差異情形

以單因子多變量變異數分析(One-way MANOVA)驗證研究假設H3-4是否獲得支持，發現不同學歷之教師在工作績效上未達顯著差異水準(Wilks' $\lambda = .999$ ， $p = .800$)。因此，研究假設H3-4「不同學歷之教師在工作績效上達顯著差異水準」未獲得支持，即不同學歷教師在工作績效上沒有顯著差異，結果如表4-4-6。

表 4-4-6

不同學歷教師工作績效多變量變異數分析摘要表

| 效應項 | F檢定 | 假設自由度 | 誤差自由度 | Wilks' λ | p 值 |
|-----|------|-------|---------|------------------|-------|
| 學歷 | .223 | 2.000 | 443.000 | .999 | .800 |

(五) 擔任不同職務之教師在工作績效上之差異情形

以單因子多變量變異數分析(One-way MANOVA)驗證研究假設H3-5是否獲得支持，發現擔任不同職務之教師在工作績效上未達顯著差異水準(Wilks' $\lambda = .984$ ， $p = .290$)。因此，研究假設H3-5「擔任不同職務之教師在工作績效上達顯著差異水準」未獲得支持，即擔任不同職務教師在工作績效上沒有顯著差異，結果如表4-4-7。

表 4-4-7

擔任不同職務教師工作績效多變量變異數分析摘要表

| 效應項 | F檢定 | 假設自由度 | 誤差自由度 | Wilks' λ | p值 |
|------|-------|-------|---------|------------------|------|
| 擔任職務 | 1.227 | 6.000 | 882.000 | .984 | .290 |

(六) 不同婚姻狀況之教師在工作績效上之差異情形

以單因子多變量變異數分析(One-way MANOVA)驗證研究假設H3-6是否獲得支持，發現不同婚姻狀況之教師在工作績效上未達顯著差異水準(Wilks' $\lambda = 1.000$ ， $p = .988$)。因此，研究假設H3-6「不同婚姻狀況之教師在工作績效上達顯著差異水準」未獲得支持，即不同婚姻狀況教師在工作績效上沒有顯著差異，結果如表4-4-8。

表 4-4-8

不同婚姻狀況教師工作績效多變量變異數分析摘要表

| 效應項 | F檢定 | 假設自由度 | 誤差自由度 | Wilks' λ | p值 |
|------|------|-------|---------|------------------|------|
| 婚姻狀況 | .012 | 2.000 | 443.000 | 1.000 | .988 |

(七) 不同家庭狀況之教師在工作績效上之差異情形

以單因子多變量變異數分析(One-way MANOVA)驗證研究假設H3-7是否獲得支持，發現不同家庭狀況之教師在工作績效上未達顯著差異水準(Wilks' $\lambda = .993$ ， $p = .549$)。因此，研究假設H3-7「不同家庭狀況之教師在工作績效上達顯著差異水準」未獲得支持，即不同家庭狀況教師在工作績效上沒有顯著差異，結果如表4-4-9。

表 4-4-9

不同家庭狀況教師工作績效多變量變異數分析摘要表

| 效應項 | F檢定 | 假設自由度 | 誤差自由度 | Wilks' λ | p 值 |
|------|------|-------|---------|------------------|-------|
| 家庭狀況 | .764 | 4.000 | 884.000 | .993 | .549 |

(八) 不同學校規模之教師在工作績效上之差異情形

以單因子多變量變異數分析(One-way MANOVA)驗證研究假設H3-8是否獲得支持，發現不同學校規模之教師在工作績效上達顯著差異水準(Wilks' $\lambda = .863$ ， $p = .000$)。其中「任務績效」($F = 16.654$ ， $p = .000$)、「情境績效」($F = 32.647$ ， $p = .000$)二個構面均達顯著水準。

經LSD事後比較法發現，在「任務績效」、「情境績效」二個構面中，「13-24班」顯著低於其他學校規模且「12班(含)以下」和「25班以上」無顯著差異。因此，研究假設H3-8「不同學校規模之教師在工作績效上達顯著差異水準」獲得支持，即不同學校規模教師在工作績效上有顯著差異，結果如表4-4-10。

表 4-4-10

不同學校規模教師工作績效多變量變異數分析摘要表

| 效應項 | 整體 Wilks'λ | F 值 | p 值 | 因素 構面 名稱 | 因素構面 | | LSD 事 後比較 |
|------|---------------|--------|------|----------------|--------|------|--------------|
| | | | | | F 值 | p 值 | |
| 學校規模 | .863 | 16.876 | .000 | 任務 績效 | 16.654 | .000 | (1、3) > 2 |
| | | | | 情境 績效 | 32.647 | .000 | (1、3) > 2 |

註：1=12 班(含)以下，2=13-24 班，3=25 班以上

(九) 小結

綜上所述，結果顯示出「學校規模」於工作績效上有顯著差異存在，因此，研究假設 H3「不同背景變項之國中教師在工作績效上有顯著差異」獲得部分支持，茲將不同背景變項在工作績效的差異情形整理如表 4-4-11。

表 4-4-11

不同背景變項教師工作績效之驗證結果總表

| 背景變項 | 任務績效 | 情境績效 |
|------|------|------|
| 性別 | | |
| 年齡 | | |
| 服務年資 | | |
| 學歷 | | |
| 擔任職務 | | |
| 婚姻狀況 | | |
| 家庭狀況 | | |
| 學校規模 | * | * |

註：*表示該背景變項於工作績效有顯著差異

第五節 生活型態、休閒涉入與工作績效之相關分析

本節採用徑路分析法(Path Analysis)，分析研究架構中生活型態、休閒涉入與工作績效三變項之關聯性，並進一步衡量徑路之影響力。

一、生活型態、休閒涉入與工作績效之徑路分析

在徑路分析中，以單向箭號表示因果關係，箭號起始變項為自變項（因），箭號所指方向為依變項（果），目的乃是了解自變項（生活型態、休閒涉入）與依變項（工作績效）的關係及影響方向與程度，並利用自變數與估計的迴歸方程式對依變數做預測。徑路分析中兩個變數間的徑路係數為標準化迴歸係數(Standardized Regression Coefficients) 其間的效果稱為「直接效果」，如果自變數經由中介變項而對依變數產生影響，則稱為「間接效果」，而直接效果加上間接效果則稱為「總效果」(吳明隆、涂金堂，2009)。

經由迴歸分析發現，生活型態、休閒涉入對工作績效之影響如表 4-5-1，其標準化迴歸係數分別為 $-.084$ ($p=.134$)、 0.175^{***} ， $p=.002$ ($p<.001$)，結果顯示休閒涉入對工作績效之影響達顯著水準，因此，研究假設 H5 獲得支持。而生活型態對休閒涉入之影響情形如表 4-5-2，其迴歸分析係數為 0.544^{***} ， $p=.000$ ($p<.001$)，結果顯示生活型態對休閒涉入之影響達顯著水準。因此，研究假設 H4 獲得支持，生活型態對休閒涉入呈現顯著的正相關，生活型態認同度愈高，其休閒涉入愈佳。

表 4-5-1

生活型態、休閒涉入對工作績效之迴歸分析係數表

| 自變項 | 依變項 | 標準化 迴歸係數 | t值 | p值 |
|------|------|-------------|--------|------|
| 生活型態 | 工作績效 | -.084 | -1.501 | .134 |
| 休閒涉入 | 工作績效 | 0.175 | 3.123 | .002 |

表 4-5-2

生活型態對休閒涉入之迴歸分析係數表

| 自變項 | 依變項 | 標準化 迴歸係數 | t值 | p值 |
|------|------|-------------|--------|------|
| 生活型態 | 休閒涉入 | .544 | 13.667 | .000 |

依據徑路分析結果，相關徑路及係數如圖 4-1 所示。由於生活型態→工作績效之徑路未達顯著，故研究假設 H6「教師的生活型態會正向影響其工作績效」未獲支持，即嘉義縣國中教師的工作績效不會因生活型態之不同而直接顯著受影響。

另由圖 4-1 可知影響嘉義縣國中教師工作績效的路徑中，休閒涉入對工作績效之影響途徑有一條：休閒涉入→工作績效，直接效果值為 .175，因此，研究假設 H5 獲得支持，休閒涉入對工作績效呈現顯著的正相關，休閒涉入愈深，其工作績效愈佳。生活型態對工作績效之影響途徑有一條：生活型態→休閒涉入→工作績效，間接效果值為 .0952。因此，影響嘉義縣國中教師工作績效的主要變項為休閒涉入

(.175)，而生活型態只會透過休閒涉入間接影響工作績效。由此可知，若希冀提升工作績效必須加強休閒涉入的部份。

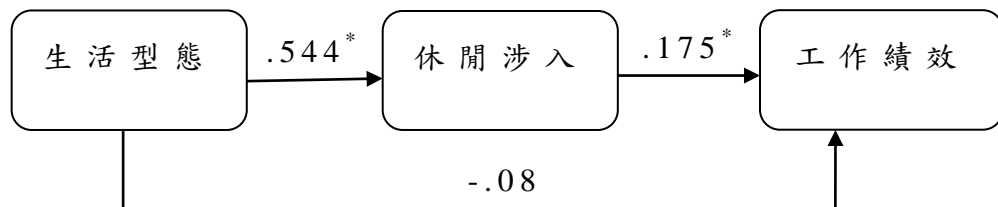


圖 4-1 徑路分析參數估計圖

* $p < .05$

二、休閒涉入對工作績效之影響關係

為探討不同休閒涉入程度於工作績效之差異，將休閒涉入三個不同構面的答題平均，依得分高低，區分為高(前27%)、中(中間46%)及低(後27%)三組(吳明隆、涂金堂，2008)並進行分析驗證，若達顯著水準，則再進行LSD事後比較。

(一) 吸引力的高低在工作績效之差異情形

以單因子多變量變異數分析驗證研究假設H5之「吸引力」的高低對工作績效具有正向顯著影響，檢定結果發現，達顯著差異水準($Wilks' \lambda = .977, p = .036$)。因此，休閒涉入之「吸引力」對工作績效具有正向影響，獲得支持。其中「任務績效」($F = 3.282, p = .038$)、「情境績效」($F = 3.752, p = .024$)二個構面均達顯著水準。

嘉義縣國中教師吸引力的高低群在「任務績效」及「情境績效」二個構面達到顯著水準。經LSD事後比較法發現，在「任務績效」構面中，「吸引力」中、高得分組顯著高於低得分組，而中、高得分組無顯著差異；在「情境績效」構

面中，「吸引力」高得分組顯著高於低得分組，結果如 4-5-3。綜上，「吸引力」得分愈高的嘉義縣國中教師對工作績效有更正向的表現。嘉義縣國中教師吸引力高低群在工作績效的平均數與標準差，如表 4-5-4。

表 4-5-3

吸引力高低群在工作績效之多變量變異數分析摘要表

| 效應項 | 整體 Wilks'λ | F 值 | p 值 | 因素 構面 名稱 | 因素構面 | | LSD 事後 比較 |
|-------------|---------------|-------|------|----------------|-------|------|--------------|
| | | | | | F 值 | p 值 | |
| 吸 引 力 | .977 | 2.587 | .036 | 任務 績效 | 3.282 | .038 | (B、C) > A |
| | | | | 情境 績效 | 3.752 | .024 | C > A |

註：A=低，B=中，C=高

表 4-5-4

吸引力高低群在工作績效之平均數與標準差

| 吸引力 | 統計量 | 任務績效 | 情境績效 |
|-------|-----|------|------|
| (A) 低 | 平均數 | 3.53 | 3.53 |
| N=126 | 標準差 | 0.62 | 0.57 |
| (B) 中 | 平均數 | 3.71 | 3.65 |
| N=98 | 標準差 | 0.55 | 0.54 |
| (C) 高 | 平均數 | 3.67 | 3.70 |
| N=222 | 標準差 | 0.52 | 0.56 |

(二) 自我表現的高低在工作績效之差異情形

以單因子多變量變異數分析驗證研究假設 H5 之「自我表現」的高低對工作績效具有正向顯著影響，檢定結果發現，達顯著差異水準 (Wilks' $\lambda = .962$, $p = .002$)。因此，休閒涉入之「自我表現」對工作績效具有正向影響，獲得支持。其中「任務績效」($F = 4.473$, $p = .012$)、「情境績效」($F = 4.207$, $p = .015$) 二個構面均達顯著水準。

嘉義縣國中教師自我表現的高低群在「任務績效」及「情境績效」二個構面達到顯著水準。經 LSD 事後比較法發現，在「任務績效」構面中，「自我表現」中、高得分組顯著高於低得分組，而中、高得分組無顯著差異；在「情境績效」構面中，「自我表現」高得分組顯著高於中、低得分組，而中、低得分組無顯著差異，結果如 4-5-5。綜上，「自我表現」得分高的嘉義縣國中教師對工作績效有更正向的表現。嘉義縣國中教師自我表現高低群在工作績效的平均數與標準差，如表 4-5-6。

表 4-5-5

自我表現高低群在工作績效之多變量變異數分析摘要表

| 效應項 | 整體 Wilks' λ | F 值 | p 值 | 因素構面名稱 | 因素構面 | | LSD 事後比較 |
|------|---------------------|-------|------|--------|-------|------|-----------|
| | | | | | F 值 | p 值 | |
| 自我表現 | .962 | 4.275 | .002 | 任務績效 | 4.473 | .012 | (B、C) > A |
| | | | | 情境績效 | 4.207 | .015 | C > (A、B) |

註：A=低，B=中，C=高

表 4-5-6

自我表現高低群在工作績效之平均數與標準差

| 吸引力 | 統計量 | 任務績效 | 情境績效 |
|-------|-----|------|------|
| (A)低 | 平均數 | 3.52 | 3.58 |
| N=131 | 標準差 | 0.60 | 0.58 |
| (B)中 | 平均數 | 3.67 | 3.58 |
| N=146 | 標準差 | 0.53 | 0.55 |
| (C)高 | 平均數 | 3.70 | 3.74 |
| N=169 | 標準差 | 0.54 | 0.56 |

(三) 生活中心性的高低在工作績效之差異情形

以單因子多變量變異數分析驗證研究假設 H5 之「生活中心性」的高低對工作績效具有正向顯著影響，檢定結果發現，未達顯著差異水準 ($Wilks' \lambda = .989$, $p = .306$)。因此，休閒涉入之「生活中心性」對工作績效具有正向顯著影響，未獲得支持，即「生活中心性」的高低對工作績效沒有顯著影響，結果如表 4-5-7。

表 4-5-7

生活中心性高低群在工作績效之多變量變異數分析摘要表

| 效應項 | F檢定 | 假設自由度 | 誤差自由度 | Wilks' λ | p值 |
|-----------|-------|-------|---------|------------------|------|
| 生活 中心性 | 1.207 | 4.000 | 884.000 | .989 | .306 |

(四) 小結

綜上，嘉義縣國中教師之「吸引力」、「自我表現」構面，對工作績效的「任務績效」、「情境績效」二個構面之影響，大都為高分組工作績效大於低分組者。顯示休閒涉入愈強烈，工作績效表現就愈佳。

三、生活型態對休閒涉入之影響關係

為探討不同生活型態於休閒涉入量表之差異情形，將生活型態的五個不同構面的答題平均，依得分高低，區分為高(前27%)、中(中間46%)及低(後27%)三組(吳明隆、涂金堂，2008)並進行分析驗證，若達顯著差異，則進一步以LSD事後比較。

(一) 時尚取向的高低在休閒涉入之差異情形

以單因子多變量變異數分析驗證研究假設H4之「時尚取向」的高低對休閒涉入具有正向顯著影響，檢定結果發現，達顯著差異水準($Wilks' \lambda = .870$ ， $p = .000$)。因此，生活型態之「時尚取向」對休閒涉入具有正向影響，獲得支持。其中「吸引力」($F = 27.810$ ， $p = .000$)、「自我表現」($F = 23.395$ ， $p = .000$)、「生活中心性」($F = 23.269$ ， $p = .000$)三個構面均達顯著水準。

嘉義縣國中教師時尚取向的高低群在「吸引力」、「自我表現」及「生活中心性」三個構面達到顯著水準。經LSD事後比較法發現，在「吸引力」、「自我表現」及「生活中心性」三個構面，「時尚取向」高得分組均顯著高於其他組別，而中得分組均顯著高於低得分組，結果如4-5-8。綜上，「時尚取向」得分愈高的嘉義縣國中教師對休閒涉入有更正向的表現。嘉義縣國中教師時尚取向高低群在休閒涉入的平

均數與標準差，如表 4-5-9。

表 4-5-8

時尚取向高低群在休閒涉入之多變量變異數分析摘要表

| 效 應 項 | 整體 Wilk s' λ | F 值 | p 值 | 因素 構面名 稱 | 因素構面 | | LSD 事 後比較 |
|------------------|----------------------------|--------|------|----------------|--------|------|--------------|
| | | | | | F 值 | p 值 | |
| 時 尚 取 向 | .870 | 10.592 | .000 | 吸引力 | 27.810 | .000 | C > B > A |
| | | | | 自我 表現 | 23.395 | .000 | C > B > A |
| | | | | 生活 中心 性 | 23.269 | .000 | C > B > A |

註：A=低，B=中，C=高

表 4-5-9

時尚取向高低群在休閒涉入之平均數與標準差

| 吸引 力 | 統計量 | 吸引力 | 自我表現 | 生活中心 性 |
|---------|-----|------|------|-----------|
| (A)低 | 平均數 | 3.00 | 3.14 | 2.54 |
| N=120 | 標準差 | 0.87 | 0.59 | 0.47 |
| (B)中 | 平均數 | 3.37 | 3.38 | 2.76 |
| N=75 | 標準差 | 0.73 | 0.59 | 0.55 |
| (C)高 | 平均數 | 3.60 | 3.54 | 2.94 |
| N=251 | 標準差 | 0.66 | 0.50 | 0.57 |

(二) 社交取向的高低在休閒涉入之差異情形

以單因子多變量變異數分析驗證研究假設 H4 之「社交取

向」的高低對休閒涉入具有正向顯著影響，檢定結果發現，達顯著差異水準 (Wilks' $\lambda = .779$ ， $p = .000$)。因此，生活型態之「社交取向」對休閒涉入具有正向影響，獲得支持。其中「吸引力」($F = 45.602$ ， $p = .000$)、「自我表現」($F = 43.042$ ， $p = .000$)、「生活中心性」($F = 49.229$ ， $p = .000$)三個構面均達顯著水準。

嘉義縣國中教師社交取向的高低群在「吸引力」、「自我表現」及「生活中心性」三個構面達到顯著水準。經LSD事後比較法發現，在「吸引力」、「自我表現」及「生活中心性」三個構面，「社交取向」高得分組均顯著高於其他組別，而中得分組均顯著高於低得分組，結果如4-5-10。綜上，「社交取向」得分愈高的嘉義縣國中教師對休閒涉入有更正向的表現。嘉義縣國中教師社交取向高低群在休閒涉入的平均數與標準差，如表4-5-11。

表4-5-10

社交取向高低群在休閒涉入之多變量變異數分析摘要表

| 效 應 項 | 整 體 Wilks' λ | F 值 | p 值 | 因 素 構 面 名 稱 | 因 素 構 面 | | LSD 事 後 比 較 |
|------------------|----------------------------|--------|------|----------------|---------|------|----------------|
| | | | | | F 值 | p 值 | |
| 社 交 取 向 | .779 | 19.586 | .000 | 吸 引 力 | 45.602 | .000 | C > B > A |
| | | | | 自 我 表 現 | 43.042 | .000 | C > B > A |
| | | | | 生 活 中 心 性 | 49.229 | .000 | C > B > A |

註：A=低，B=中，C=高

表 4-5-11

社交取向高低群在休閒涉入之平均數與標準差

| 吸引 力 | 統計量 | 吸引力 | 自我表現 | 生活中心 性 |
|---------|-----|------|------|-----------|
| (A)低 | 平均數 | 3.02 | 3.14 | 2.52 |
| N=165 | 標準差 | 0.83 | 0.58 | 0.48 |
| (B)中 | 平均數 | 3.48 | 3.45 | 2.84 |
| N=155 | 標準差 | 0.54 | 0.44 | 0.47 |
| (C)高 | 平均數 | 3.80 | 3.70 | 3.12 |
| N=126 | 標準差 | 0.71 | 0.53 | 0.60 |

(三) 運動取向的高低在休閒涉入之差異情形

以單因子多變量變異數分析驗證研究假設 H4 之「運動取向」的高低對休閒涉入具有正向顯著影響，檢定結果發現，達顯著差異水準 ($Wilks' \lambda = .779$, $p = .000$)。因此，生活型態之「運動取向」對休閒涉入具有正向影響，獲得支持。其中「吸引力」($F = 45.602$, $p = .000$)、「自我表現」($F = 43.042$, $p = .000$)、「生活中心性」($F = 49.229$, $p = .000$)三個構面均達顯著水準。

嘉義縣國中教師運動取向的高低群在「吸引力」、「自我表現」及「生活中心性」三個構面達到顯著水準。經 LSD 事後比較法發現，在「吸引力」及「生活中心性」二個構面，「運動取向」中、高得分組均顯著高於低得分組，而中、高得分組無顯著差異；在「自我表現」構面，「運動取向」高得分組顯著高於其他組別，而中得分組顯著高於低得分組，結果如 4-5-12。綜上，「運動取向」得分高的嘉義縣國中教

師對休閒涉入有更正向的表現。嘉義縣國中教師運動取向高低群在休閒涉入的平均數與標準差，如表 4-5-13。

表 4-5-12

運動取向高低群在休閒涉入之多變量變異數分析摘要表

| 效應項 | 整體 Wilks' λ | F 值 | p 值 | 因素 構面名稱 | 因素構面 | | LSD 事後 比較 |
|----------|------------------------|-------|------|------------|--------|------|--------------|
| | | | | | F 值 | p 值 | |
| 運動 取向 | .903 | 7.683 | .000 | 吸引力 | 17.399 | .000 | (B、C) > A |
| | | | | 自我 表現 | 19.676 | .000 | C > B > A |
| | | | | 生活中 心性 | 14.335 | .000 | (B、C) > A |

註：A=低，B=中，C=高

表 4-5-13

運動取向高低群在休閒涉入之平均數與標準差

| 吸引 力 | 統計量 | 吸引力 | 自我表現 | 生活中心 性 |
|---------|-----|------|------|-----------|
| (A)低 | 平均數 | 3.07 | 3.17 | 2.58 |
| N=121 | 標準差 | 0.89 | 0.60 | 0.54 |
| (B)中 | 平均數 | 3.47 | 3.43 | 2.85 |
| N=191 | 標準差 | 0.69 | 0.52 | 0.54 |
| (C)高 | 平均數 | 3.60 | 3.59 | 2.93 |
| N=134 | 標準差 | 0.68 | 0.52 | 0.57 |

(四) 知識取向的高低在休閒涉入之差異情形

以單因子多變量變異數分析驗證研究假設 H4 之「知識取向」的高低對休閒涉入具有正向顯著影響，檢定結果發現，達顯著差異水準 (Wilks' $\lambda = .858$, $p = .000$)。因此，生活型態之「知識取向」對休閒涉入具有正向影響，獲得支持。其中「吸引力」($F = 29.917$, $p = .000$)、「自我表現」($F = 23.457$, $p = .000$)、「生活中心性」($F = 25.936$, $p = .000$)三個構面均達顯著水準。

嘉義縣國中教師知識取向的高低群在「吸引力」、「自我表現」及「生活中心性」三個構面達到顯著水準。經 LSD 事後比較法發現，在「吸引力」、「自我表現」及「生活中心性」三個構面，「知識取向」高得分組均顯著高於其他組別，而中得分組均顯著高於低得分組，結果如 4-5-14。綜上，「知識取向」得分愈高的嘉義縣國中教師對休閒涉入有更正向的表現。嘉義縣國中教師知識取向高低群在休閒涉入的平均數與標準差，如表 4-5-15。

表 4-5-14

知識取向高低群在休閒涉入之多變量變異數分析摘要表

| 效應項 | 整體 Wilks' λ | F 值 | p 值 | 因素構面名稱 | 因素構面 | | LSD 事後比較 |
|------|---------------------|--------|------|--------|--------|------|-----------|
| | | | | | F 值 | p 值 | |
| 知識取向 | .858 | 11.714 | .000 | 吸引力 | 29.917 | .000 | C > B > A |
| | | | | 自我表現 | 23.457 | .000 | C > B > A |
| | | | | 生活中心性 | 25.936 | .000 | C > B > A |

註：A=低，B=中，C=高

表 4-5-15

知識取向高低群在休閒涉入之平均數與標準差

| 吸引 力 | 統計量 | 吸引力 | 自我表現 | 生活中心 性 |
|---------|-----|------|------|-----------|
| (A)低 | 平均數 | 3.08 | 3.19 | 2.60 |
| N=143 | 標準差 | 0.86 | 0.60 | 0.51 |
| (B)中 | 平均數 | 3.39 | 3.40 | 2.76 |
| N=162 | 標準差 | 0.56 | 0.46 | 0.50 |
| (C)高 | 平均數 | 3.74 | 3.63 | 3.06 |
| N=141 | 標準差 | 0.76 | 0.56 | 0.60 |

(五) 健康取向的高低在休閒涉入之差異情形

以單因子多變量變異數分析驗證研究假設 H4 之「健康取向」的高低對休閒涉入具有正向顯著影響，檢定結果發現，達顯著差異水準 ($Wilks' \lambda = .882, p = .000$)。因此，生活型態之「健康取向」對休閒涉入具有正向影響，獲得支持。其中「吸引力」($F = 27.066, p = .000$)、「自我表現」($F = 16.785, p = .000$)、「生活中心性」($F = 20.828, p = .000$)三個構面均達顯著水準。

嘉義縣國中教師健康取向的高低群在「吸引力」、「自我表現」及「生活中心性」三個構面達到顯著水準。經 LSD 事後比較法發現，在「吸引力」、「自我表現」及「生活中心性」三個構面，「健康取向」中、高得分組均顯著高於低得分組，而中、高得分組無顯著差異，結果如 4-5-16。綜上，「健康取向」得分高的嘉義縣國中教師對休閒涉入有更正向的表現。嘉義縣國中教師健康取向高低群在休閒涉入的平均

數與標準差，如表 4-5-17。

表 4-5-16

健康取向高低群在休閒涉入之多變量變異數分析摘要表

| 效應項 | 整體 Wilks' λ | F 值 | p 值 | 因素 構面名稱 | 因素構面 | | LSD 事後 比較 |
|--------------|------------------------|-------|------|------------|--------|------|--------------|
| | | | | | F 值 | p 值 | |
| 健康 取 向 | .882 | 9.526 | .000 | 吸引力 | 27.066 | .000 | (B、C) > A |
| | | | | 自我 表現 | 16.785 | .000 | (B、C) > A |
| | | | | 生活中 心性 | 20.828 | .000 | (B、C) > A |

註：A=低，B=中，C=高

表 4-5-17

健康取向高低群在休閒涉入之平均數與標準差

| 吸引 力 | 統計量 | 吸引力 | 自我表現 | 生活中心 性 |
|---------|-----|------|------|-----------|
| (A)低 | 平均數 | 3.04 | 3.20 | 2.57 |
| N=148 | 標準差 | 0.86 | 0.58 | 0.52 |
| (B)中 | 平均數 | 3.56 | 3.47 | 2.89 |
| N=154 | 標準差 | 0.62 | 0.53 | 0.55 |
| (C)高 | 平均數 | 3.40 | 3.55 | 2.96 |
| N=144 | 標準差 | 0.78 | 0.53 | 0.57 |

(五) 小結

綜上，嘉義縣國中教師之「時尚取向」、「社交取向」、「運動取向」、「知識取向」、「健康取向」五個構面，對休閒涉入的「吸引力」、「自我表現」、「生活中心性」三個構面之影響，高分組休閒涉入大於低分組者。顯示生活型態得分愈高，休閒涉入就愈深。

第六節 研究假設之驗證

根據實證研究結果發現，在六個研究假設中其研究結果如表 4-6-1，其內容分述如下。

一、不同人口背景變項在生活型態上有顯著差異

驗證結果：部分成立

根據研究結果發現，不同人口背景變項之嘉義縣國中教師其生活型態在性別、年齡、服務年資、學歷、擔任職務、婚姻狀況、家庭狀況上皆未達顯著差異，不同學校規模者則達顯著差異，因此本研究假設部份獲得支持。

二、不同人口背景變項在休閒涉入上有顯著差異

驗證結果：部分成立

根據研究結果發現，不同人口背景變項之嘉義縣國中教師其休閒涉入在年齡、服務年資、學歷、擔任職務、家庭狀況、學校規模上皆未達顯著差異，不同性別、婚姻狀況則達顯著差異，因此本研究假設部分獲得支持。

三、不同人口背景變項在工作績效上有顯著差異

驗證結果：部分成立

根據研究結果發現，不同人口背景變項之嘉義縣國中教師其工作績效在性別、年齡、服務年資、學歷、擔任職務、婚姻狀況、家庭狀況上皆未達顯著差異，不同學校規模者則達顯著差異。

四、教師的生活型態會正向影響其休閒涉入。

驗證結果：成立

根據徑路分析結果發現，生活型態對休閒涉入之徑路分析數值為.544，且 $p=.000$ ($p<.01$)，達顯著水準。因此，研究假設四「教師的生活型態會正向影響其休閒涉入」成立。

五、教師的休閒涉入會正向影響其工作績效。

驗證結果：成立

根據徑路分析結果發現，休閒涉入對工作績效之徑路分析數值為.175，且 $p=.002$ ($p<.01$)，達顯著水準。因此，研究假設五「教師的休閒涉入會正向影響其工作績效」成立。

六、教師的生活型態會正向影響其工作績效。

驗證結果：不成立

根據徑路分析結果發現，生活型態對工作績效之徑路分析數值為-.084，但 $p=.134$ ($p>.05$)，未達顯著水準。因此，研究假設六「教師的生活型態會正向影響其工作績效」不成立。

表4-6-1

研究假設驗證結果彙整表

| 研究假設 | 驗證結果 |
|------------------------------------|-------------|
| H1：不同背景變項的國中教師，其生活型態具有顯著差異 | 部分成立 |
| H1-1：不同性別的國中教師，其生活型態具有顯著差異。 | 不成立 |
| H1-2：不同年齡的國中教師，其生活型態具有顯著差異。 | 不成立 |
| H1-3：不同服務年資的國中教師，其生活型態具有顯著差異。 | 不成立 |
| H1-4：不同學歷的國中教師，其生活型態具有顯著差異。 | 不成立 |
| H1-5：擔任不同職務的國中教師，其生活型態具有顯著差異。 | 不成立 |
| H1-6：不同婚姻狀況的國中教師，其生活型態具有顯著差異。 | 不成立 |
| H1-7：不同家庭狀況的國中教師，其生活型態具有顯著差異。 | 不成立 |
| H1-8：不同學校規模的國中教師，其生活型態具有顯著差異。 | 部分成立 |
| H2：不同背景變項的國中教師，其休閒涉入具有顯著差異。 | 部分成立 |
| H2-1：不同性別的國中教師，其休閒涉入具有顯著差異。 | 部分成立 |
| H2-2：不同年齡的國中教師，其休閒涉入具有顯著差異。 | 不成立 |
| H2-3：不同服務年資的國中教師，其休閒涉入具有顯著差異。 | 不成立 |
| H2-4：不同學歷的國中教師，其休閒涉入具有顯著差異。 | 不成立 |
| H2-5：擔任不同職務的國中教師，其休閒涉入具有顯著差異。 | 不成立 |
| H2-6：不同婚姻狀況的國中教師，其休閒涉入具有顯著差異。 | 部分成立 |
| H2-7：不同家庭狀況的國中教師，其休閒涉入具有顯著差異。 | 不成立 |
| H2-8：不同學校規模的國中教師，其休閒涉入具有顯著差異。 | 不成立 |
| H3：不同背景變項的國中教師，其工作績效具有顯著差異。 | 部分成立 |
| H3-1：不同性別的國中教師，其工作績效具有顯著差異。 | 不成立 |
| H3-2：不同年齡的國中教師，其工作績效具有顯著差異。 | 不成立 |
| H3-3：不同服務年資的國中教師，其工作績效具有顯著差異。 | 不成立 |
| H3-4：不同學歷的國中教師，其工作績效具有顯著差異。 | 不成立 |
| H3-5：擔任不同職務的國中教師，其工作績效具有顯著差異。 | 不成立 |
| H3-6：不同婚姻狀況的國中教師，其工作績效具有顯著差異。 | 不成立 |
| H3-7：不同家庭狀況的國中教師，其工作績效具有顯著差異。 | 不成立 |
| H3-8：不同學校規模的國中教師，其工作績效具有顯著差異。 | 全數成立 |
| H4：教師的生活型態會正向影響其休閒涉入 | 成立 |
| H5：教師的休閒涉入會正向影響其工作績效 | 成立 |
| H6：教師的生活型態會正向影響其工作績效 | 不成立 |

第七節 綜合討論

本節就嘉義縣國中教師在生活型態、休閒涉入與工作績效之差異程度及相關情形，摘要說明上述驗證之結果，分別討論如下：

一、受試者在生活型態之差異性討論

(一)受試者在生活型態量表上的反應情形

受試者在「整體生活型態」平均得分為 3.52，介於「同意」和「普通」之間，在五點量表的計分方式上屬於「中上程度」。在生活型態各構面因素中，以「知識取向」(平均值 = 3.79)最高，其次依序為「健康取向」(平均值 = 3.78)、「運動取向」(平均值 = 3.60)、「時尚取向」(平均值 = 3.54)，而「社交取向」(平均值 = 3.10)為最低。研究結果顯示生活型態各層面得分差距不大，各分層面得分依序為知識取向、健康取向、運動取向、時尚取向、社交取向。也就是說嘉義縣國中教師的生活型態較強調知識的獲得，此研究結果與梁畢玲(2006)、鄭熙彥(1987)的研究結果相近，可能是職業的緣故，教師們經常藉著閱讀報章雜誌、搜尋資訊媒體等方式來汲取知識，更利用課餘時間參加研習、課程，積極進修以充實自我知能，進而提升自我的專業能力。此外，教師們對自身健康、運動也相當重視，周正秋(1998)在其研究中亦發現教師較其他職業者更傾向重視健康取向的生活型態，可能是因教師在備課時，也會接觸、瞭解到一些有關健康與運動的正確觀念，進而身體力行，以身作則，應用於教學上；且從事規律性、動態的休閒運動，可讓身體得到生理、心理的放鬆，亦可紓解工作上的壓力或疲倦。

(二)不同「性別」教師在「生活型態」之差異討論

不同性別之教師於生活型態上並無顯著差異存在，此結果與梁畢玲（2006）、楊馥如（2011）等人的研究結果相符，可能是因現今女性意識抬頭，有關活動或資訊的獲得都顯得比以往積極，對於自己喜歡或想要的生活模式努力追求，所以教師生活型態並不會因性別不同而有所影響。

(三)不同「年齡」教師在「生活型態」之差異討論

不同年齡之教師於生活型態上並無顯著差異存在，此結果與梁畢玲（2006）、楊馥如（2011）等人的研究結果相符，顯示教師生活型態不會因年齡不同而有所影響，可能原因為近來媒體、資訊發達，有多種管道可以強力放送流行訊息，因此年紀稍長的教師也不排斥新流行、新商品，和以往拒絕接受改變的態度截然不同。

(四)不同「服務年資」教師在「生活型態」之差異討論

不同服務年資之教師於生活型態上並無顯著差異存在，顯示嘉義縣國中教師生活型態不會因服務年資不同而有所影響。此結果與梁畢玲（2006）、張淑靜（2006）、何慶燕（2010）、楊馥如（2011）等人的研究結果不同。可能是因以往傳統觀念認為資深教師對於流行資訊較不重視，但近來隨著3C產品的普及化，以及使用界面的人性化，資深教師亦能利用各種資訊管道來跟隨時代的脈動，因此在生活型態上並無太大的差異。

(五)不同「學歷」教師在「生活型態」之差異討論

不同學歷的教師在生活型態上並無顯著差異存在，顯示不同學歷的教師，在「知識取向」、「健康取向」、「運動取向」、「時尚取向」、「社交取向」因素構面沒有顯著差

異。此結果與梁畢玲（2006）的研究結果相符，顯示教師的生活型態不會因學歷不同而有所影響。

（六）不同「職務」教師在「生活型態」之差異討論

不同職務之教師於生活型態上並無顯著差異存在，此結果與梁畢玲（2006）、楊馥如（2011）等人的研究結果相符。教師從事運動的場所多半在學校，經常三五好友相約，利用課餘時間運動兼舒緩身心，有同伴一起運動，也較能有動力持續，所以教師生活型態不會因職務不同而有所影響。

（七）不同「婚姻狀況」教師在「生活型態」之差異討論

不同婚姻狀況之教師於生活型態上並無顯著差異存在，此結果與梁畢玲（2006）、楊馥如（2011）等人的研究結果相符，顯示教師生活型態不會因婚姻狀況不同而有所影響。現今台灣社會對於婚姻的看法和從前大不相同，在「兩性平權」的前提下，夫妻雙方互相合作，共同分擔家事、管教子女、各自擁有自己的事業及朋友（楊國樞，1992）。因此即使結婚，還是有各自的生活空間、交友及運動等，所以結婚前後的生活型態並無太大的差異。

（八）不同「家庭狀況」教師在「生活型態」之差異討論

不同家庭狀況的教師在生活型態上並無顯著差異存在，顯示不同家庭狀況的教師，在「知識取向」、「健康取向」、「運動取向」、「時尚取向」、「社交取向」因素構面沒有顯著差異。此結果與蘇可欣（2005）的研究結果相符，顯示教師的生活型態不會因家庭狀況不同而有所影響。

（九）不同「學校規模」教師在「生活型態」之差異討論

不同學校規模之教師於生活型態上有顯著差異存在，此結果與鄭熙彥（1987）、梁畢玲（2006）等人的研究結果不同，

顯示嘉義縣國中教師生活型態會因學校規模不同而有所影響，經 LSD 事後比較法發現，在「運動取向」構面中，「13-24 班」顯著高於「25 班以上」；在「健康取向」構面中，「12 班(含)以下」、「13-24 班」顯著高於「25 班以上」。推論其原因可能是規模較小的學校，教職員工較少，大家平時聯繫較多，感情較佳，在生活上較易找到志同道合的友伴。

二、受試者在休閒涉入之差異性討論

(一)受試者在休閒涉入量表上的反應情形

受試者之在「整體休閒涉入」平均得分為 3.20，介於「同意」和「普通」之間，在五點量表的計分方式上屬於「中上程度」。在休閒涉入各構面因素中，以「自我表現」（平均值 = 3.41）最高，其次為「吸引力」（平均值 = 3.40），而「生活中心性」（平均值 = 2.80）為最低。因此依休閒涉入的分析發現，嘉義縣國中教師的休閒涉入以「自我表現」為最主要因素，其次是「吸引力」，再者為「生活中心性」。「自我表現」及「吸引力」的得分相近，顯示休閒涉入對嘉義縣國中教師而言具有中上程度的重要性、愉悅性並能充分展露自我，但在生活中所佔的比重可以再提升，經由休閒涉入調劑身心、舒緩壓力，進而提昇工作績效。

(二)不同「性別」教師在「休閒涉入」之差異討論

不同性別之教師於休閒涉入上有顯著差異存在，此結果與王慶田（2009）、李曉韻（2010）等人的研究結果相符，顯示教師休閒涉入會因性別不同而有所影響。經 LSD 事後比較法發現，在「自我表現」構面中，男性顯著高於女性。顯示男教師在休閒涉入的過程中較能主動展現自己能力、也能侃

侃而談以及參加休閒活動時樂於其他人可以看見。

(三)不同「年齡」教師在「休閒涉入」之差異討論

不同年齡之教師於休閒涉入上並無顯著差異存在，此結果與王慶田（2009）、李曉韻（2010）、韋強善（2011）等人的研究結果相符。可能是因對休閒有興趣的老師並不會因年齡的增長而減少，而且有些年長的老師，為了身體的保養，甚至更積極的參與休閒，所以教師的休閒涉入並不會因年齡不同而有所影響。

(四)不同「服務年資」教師在「休閒涉入」之差異討論

不同服務年資之教師於休閒涉入上並無顯著差異存在，此結果與王慶田（2009）、李曉韻（2010）、韋強善（2011）等人的研究結果相符，可能是因不管是資深老師或年輕老師皆可藉由休閒涉入來獲得滿足、成就感以及自我實現，所以教師之休閒涉入不會因服務年資不同而有所影響。

(五)不同「學歷」教師在「休閒涉入」之差異討論

不同學歷之教師於休閒涉入上並無顯著差異存在，此結果與王慶田（2009）、李曉韻（2010）的研究結果相符。可能是因二十一世紀是注重休閒的時代，人們對健康意識的覺醒、週休二日實施，閒暇時間增加，促使人們對運動休閒相當投入，所以教師之休閒涉入並不會因學歷不同而有所影響。

(六)不同「職務」教師在「休閒涉入」之差異討論

不同職務之教師於休閒涉入上並無顯著差異存在，此結果與李曉韻（2010）、韋強善（2011）等人的研究結果相符，顯示教師休閒涉入不會因職務不同而有所影響。學校是個多元的組織，導師、專任教師或兼行政之教師都可結伴進行休閒活動，不管在課務、校務、休閒上都是好伙伴。

(七)不同「婚姻狀況」教師在「休閒涉入」之差異討論

不同婚姻狀況之教師於休閒涉入上有顯著差異存在，此結果與王慶田（2009）、李曉韻（2010）、韋強善（2011）等人的研究結果不同，顯示教師休閒涉入會因婚姻狀況不同而有所影響。已婚者在參與休閒活動時可能會以家庭及子女為考量，傾向花費較少的活動，且所從事的活動也多以小孩為主。

(八)不同「家庭狀況」教師在「休閒涉入」之差異討論

不同家庭狀況之教師於休閒涉入上並無顯著差異存在，顯示嘉義縣國中教師休閒涉入不會因家庭狀況不同而有所影響。近來休閒活動日漸受到重視，家人一起從事休閒活動，已成為新趨勢，所以教師之休閒涉入並不會因家庭狀況而有所影響。

(九)不同「學校規模」教師在「休閒涉入」之差異討論

不同學校規模之教師於休閒涉入上並無顯著差異存在，顯示嘉義縣國中教師休閒涉入不會因學校規模不同而有所影響。可能是因休閒已然成為全民運動，雖然學校規模不同，可能會有不同的工作量，但沒有健康的身心，一切都是空談，所以教師們仍會抽空進行休閒活動，因此學校規模並不會影響教師們的休閒涉入。

三、受試者在工作績效之差異性討論

(一)受試者在工作績效量表上的反應情形

受試者之在「整體工作績效」平均得分為 3.639，介於「同意」和「普通」之間，在五點量表的計分方式上屬於「中上程度」。在工作績效各構面因素中，以「情境績效」（平均

值 = 3.641) 最高，其次為「任務績效」(平均值 = 3.637) 為最低。因此依工作績效的分析發現，嘉義縣國中教師的工作績效以「情境績效」為最主要因素，其次是「任務績效」，不過兩者差異不大，顯示嘉義縣教師除了積極完成自己的工作任務外，和同事之間也都能互相支援、彼此幫忙。

(二)不同「性別」教師在「工作績效」之差異討論

不同性別之教師於工作績效上並無顯著差異存在，此結果與朱明謙(2001)、洪盟財(2008)、李曉韻(2010)等人的研究結果相符，可能是因當代女性自主意識較強，在工作上亦全力以赴，工作績效不輸男性教師，因此教師工作績效不會因性別不同而有所影響。

(三)不同「年齡」教師在「工作績效」之差異討論

不同年齡之教師於工作績效上並無顯著差異存在，此結果與洪盟財(2008)的研究結果相符，顯示教師工作績效不會因年齡不同而有所影響。可能是因在學校裡同事們彼此感情融洽，年齡大之教師雖然經驗比較豐富、對於學校各項事物比較嫻熟，但也不吝於和後進分享，提攜後進，因此在工作績效方面並無顯著差異。

(四)不同「服務年資」教師在「工作績效」之差異討論

不同服務年資之教師於工作績效上並無顯著差異存在，此結果與李曉韻(2010)的研究結果相符，可能是因資深教師有實務經驗而年輕教師對資訊操作較在行，教師們之間能互相支援，所以教師之工作績效並不會因服務年資不同而有所影響。

(五)不同「學歷」教師在「工作績效」之差異討論

不同學歷之教師於工作績效上並無顯著差異存在，此結果與吳軒瑤、吳福源、陳佑綺（2009）等人的研究結果相符，可能是因教師們對自己的工作都有相當的使命感，對於學校長官交付的工作都全力以赴，所以並不會因學歷不同而影響教師的工作績效。

(六)不同「職務」教師在「工作績效」之差異討論

不同職務之教師於工作績效上並無顯著差異存在，此結果與李曉韻（2010）的研究結果相符，可能原因為擔任主管職務者，雖然必須以身作則，自我要求較高，但其他職務老師也會效法主管負責盡力的精神，在工作上全力以赴。因此教師之工作績效並不會因職務不同而有所影響。

(七)不同「婚姻狀況」教師在「工作績效」之差異討論

不同婚姻狀況之教師於工作績效上並無顯著差異存在，此結果與李曉韻（2010）的研究結果相符，可能是因教師們的工作屬於責任制，雖然已婚教師有家庭的羈絆，但屬於自己分內的工作，依然會盡力找時間完成，所以並不會因婚姻狀況而影響教師的工作績效。

(八)不同「家庭狀況」教師在「工作績效」之差異討論

不同家庭狀況之教師於工作績效上並無顯著差異存在，可能是因折衷家庭雖然有長輩、小孩須照顧，但家有一老如有一寶，多數長輩都能分擔照顧小孩的工作，使得教師們無後顧之憂，能在工作上全力衝刺，因此教師之工作績效並不會因家庭狀況不同而有所影響。

(九)不同「學校規模」教師在「工作績效」之差異討論

不同學校規模之教師於工作績效上有顯著差異存在，此結果與林志華（2008）、莊朝勝（2012）的研究結果相符，顯示嘉義縣國中教師工作績效會因學校規模不同而有所影響。經 LSD 事後比較法發現，在「任務績效」、「情境績效」二個構面中，「13-24 班」顯著低於其他學校規模者。可能是因在小型學校的環境裡，人事結構簡單、學校組織運作模式單純及主管較能充分授權、尊重教師專業，讓老師們能充分發揮自己的才能，故其工作績效較高。另外大型學校則可能是因規模較大，人力資源較充足，工作量平均分配至每個人身上，而且大型學校資源較多，所以能有較佳的工作績效。

四、生活型態、休閒涉入與工作績效之徑路分析討論

教師之生活型態對休閒涉入之迴歸係數達顯著水準，表示教師之生活型態對休閒涉入具有正向之預測力，此研究結果和梁恒華（2006）、胡琇雲（2008）、王永中（2009）、楊馥如（2011）、陳映蓁（2011）、林芯榆（2012）一致，意即生活型態表現愈明顯，就愈能正向影響教師之休閒涉入。休閒涉入對工作績效之迴歸係數達顯著水準，此研究結果和李曉韻（2010）一致，因此若能有效提高教師之休閒涉入，應能提升其工作績效。

雖然生活型態對工作績效之迴歸係數未達顯著水準，但由研究結果得知影響教師工作績效的主要變項為休閒涉入，因此生活型態可透過休閒涉入間接影響工作績效。

第五章 結論與建議

本研究主要目的在瞭解嘉義縣國中教師生活型態、休閒涉入與工作績效之現況及其差異性，以及探討生活型態、休閒涉入與工作績效三者間之關聯性。本章依據資料分析後的結果，歸納出本研究的主要發現，並提出結論與建議，希望能提供學術單位以及學術之參考。

第一節 結論

依據研究結果，將人口背景在各變項之表現情形與研究假設驗證結果分述如下：

一、樣本特徵

本研究根據問卷回收統計資料顯示，研究對象性別分佈情形，主要以男性為多，共 239 人，佔 53.6%；年齡層則以 31-40 歲共 249 人為最多，佔 55.8%；服務年資則以 6-15 年為多，共 267 人，佔 59.9%；學歷方面則以碩士(含)以上為最多，共 235 人，佔 52.7%；擔任職務方面，則以教師兼行政(含主任、組長)共 179 人為最多，佔 40.1%；婚姻狀況以已婚者為最多，共 353 人，佔 79.1%；家庭狀況以小家庭共 277 人為最多，佔 62.1%；學校規模則以 25 班以上居多，共 251 人，佔 56.3%。

二、嘉義縣國中教師生活型態之整體表現情形

受試者在生活型態各因素中，以「知識取向」的表現較高，其次為「健康取向」、「運動取向」、「時尚取向」，最後

是「社交取向」。

在人口背景變項方面，學校規模對生活型態有顯著差異，在「運動取向」構面中，「13-24班」顯著高於「25班以上」；在「健康取向」構面中，「12班(含)以下」、「13-24班」顯著高於「25班以上」，而「12班(含)以下」和「13-24班」則無顯著差異。

三、嘉義縣國中教師休閒涉入之整體表現情形

受試者在休閒涉入各因素中，以「自我表現」的表現較高，其次為「吸引力」，最後是「生活中心性」。

在人口背景變項方面，性別、婚姻狀況對休閒涉入有顯著差異，性別在「自我表現」構面中，「男性」顯著高於「女性」。婚姻狀況在「生活中心性」構面中，「已婚」顯著高於「未婚」。

四、嘉義縣國中教師工作績效之整體表現情形

受試者在工作績效各因素中，以「情境績效」的表現較高，其次為「任務績效」。

在人口背景變項方面，學校規模對工作績效有顯著差異，學校規模在「任務績效」、「情境績效」二個構面中，「13-24班」顯著低於其他學校規模且「12班(含)以下」和「25班以上」無顯著差異。

五、各變項之徑路關係

(一)生活型態對休閒涉入

受試者之生活型態對休閒涉入之關聯性達顯著水準，意

即生活型態表現愈明顯，就愈能正向影響受試者之休閒涉入。

(二)生活型態對工作績效

受試者之生活型態對工作績效之關聯性未達顯著水準，顯示生活型態不會直接影響工作績效。

(三)休閒涉入對工作績效

受試者之休閒涉入對工作績效之關聯性達顯著水準，意即休閒涉入程度愈深，就愈能正向影響受試者之工作績效。

(四)整體徑路分析結果

生活型態、休閒涉入與工作績效之徑路分析結果為：生活型態→休閒涉入→工作績效，主要以休閒涉入對工作績效之影響較大，而生活型態只會透過休閒涉入間接影響工作績效。

第二節 建議

依據研究發現及討論分析的結果，提出下列建議以作為教育主管機關、學校單位以及未來相關研究者之參考。

一、對教育主管機關、學校單位之建議

- (一)針對不同生活型態的國中教師，規劃適當的休閒活動，以滿足國中教師們不同類型的需求。如：學校當中若大多數為偏向知識取向的教師，可成立讀書會，或利用課餘時間辦理教育、健康飲食的相關課程，以充分滿足教師追求新知的慾望。若學校中多為偏向運動取向的教師時，則學校可配合校慶或段考下午等時間舉辦各項競賽，增加趣味性並互相切磋，不僅可凝聚同事間的情感，增進教師與各行政單位之間的溝通，進而提升教師們的工作績效，亦能形成運動風潮，既可符合教師的興趣與需求，也能藉此提昇教師的體力及帶動全校運動的風氣。因此校方應開放學校的運動場地及設備，鼓勵教師在下班之後多運動。
- (二)教育當局鮮少辦理與休閒參與相關的研習活動，若能與休閒業者合作，結合休閒、親子、學習等各因素，辦理各種適合國中教師之休閒活動或者簽約成特約廠商，並鼓勵教師們踴躍參加，應能達到讓國中教師放鬆情緒、紓解壓力、增進親子關係，也能促進彼此經驗交流、分享，以提升國中教師整體之休閒涉入。
- (三)從研究中發現教師對休閒活動能否提供自我表現及吸引力較為重視，若能利用此特點，定能吸引更多教師來體驗活動的樂趣。以球類競賽或健身類型為例，在

活動中能提供教師們表現自己的機會，亦能從中獲極高的樂趣。

在工作績效方面以「情境績效」構面排序第一，顯示教師們個人對執行非工作範圍內任務的意願很高，能與同事保持良好的伙伴關係、共同完成長官交代的任務，因此，由學校來扮演休閒活動提供者，以增加教師們聯絡感情，紓解身心的管道，提升其生活品質，應能對工作績效之提升有相當之貢獻。

二、對教師之建議

(一)鼓勵教師針對個人興趣成立不同性質的休閒社團，募集同好，互相切磋，同時能維繫休閒參與原先的熱情與動力。進而結合教師個人、學校及社區的力量，讓休閒涉入能深植每個人的生活當中，並扮演不可或缺的角色。

(二)由研究中發現嘉義縣教師的生活型態偏向知識取向，顯見教師們工作時與休閒時的生活內容並無太大差別，因此建議教師們可嘗試其他類型的休閒活動，讓休閒生活成為日常工作外的調劑。

三、對後續研究之建議

(一)本研究受限於時間及人力，以嘉義縣國中教師為研究對象，故研究結果的推論有其限制，無法推論到所有的國中教師。建議未來可擴大母群體，以期對國中教師的生活型態、休閒涉入與工作績效有更多的瞭解，或者以不同職業的族群為研究對象，來研究其他職業者與教師此一族群在生活型態、休閒涉入以及工作績效上有何差異存在。

- (二)本研究主要在探討不同背景變項對於嘉義縣國中教師生活型態、休閒涉入和工作績效的差異以及生活型態與休閒涉入對工作績效的預測效果。建議未來有意從事相關研究的研究者可以擴大研究對象，如國小教師或高中教師等在生活型態、休閒涉入和工作績效的相關研究。
- (三)本研究資料蒐集係以問卷調查法實施，受試者填答意願，可能基於防衛心理而有所顧慮，或因主觀認知、個人情緒以及其他種種因素的影響，使填答結果有所保留，容易降低研究結果的真實性與客觀性。建議可委託熱心負責的適合人選來幫忙發放問卷，以減輕防衛心理所造成的影響且問卷用字宜淺白、語意宜清楚，應可避免受試者誤解題意，來提高問卷回收率及有效問卷的比率。
- (四)本研究受試者工作績效量表採自評方式，可能有過於主觀之疑慮。因此，建議未來相關研究，為求能對生活型態、休閒涉入及工作績效有更深入、周詳的探討，可在問卷中增加開放性題目，或於量化分析之後，輔以現場觀察或深入訪談等質性研究方法，以彌補量化研究之不足。另外針對自評工作績效量表的改進策略，建議可採用360度回饋(多評量者回饋)的方式，除了本身自評部分，並同時收集上級、同事們的回饋，多方面蒐集資料，以做全面性的評估。如此，質量相輔，多方印證，將可使研究結果更加完善。

參考文獻

一、中文文獻

- 于家琪 (2005)。就業服務台從業人員人格特質對工作績效影響之研究(未出版之碩士論文)。中國文化大學勞動學研究所，台北市。
- 大前研一 (2006)。OFF 學：會玩，才會成功(一版十刷)。(陳柏誠譯)。台北：天下雜誌股份有限公司。
- 王嘉隸 (1995)。表演藝術觀賞行為與自我監控、藝術觀感生活型態之關係(未出版之碩士論文)。國立政治大學企業管理研究所，台北市。
- 王永中 (2009)。高雄市國小教師休閒參與興趣與生活型態之研究(未出版之碩士論文)。國立屏東教育大學，屏東市。
- 王慶田 (2009)。國小教師休閒涉入、休閒效益及幸福感之研究(未出版之碩士論文)。亞洲大學休閒與遊憩管理學系，台中市。
- 王健仲 (2009)。國小教師專業發展評鑑知覺對工作績效之實證研究－以台灣中部地區試辦學校為例(未出版之碩士論文)。國立彰化師範大學，彰化市。
- 王育文、張國振 (2010)。自行車活動參加者休閒涉入與休閒效益知覺之研究。休閒事業研究，8(1)，66-96。
- 朱明謙 (2001)。高科技產業從業人員休閒行為、工作壓力與工作績效之研究(未出版之碩士論文)。義守大學管理科學研究所，高雄市。
- 朱俶儀 (2003)。國民中學教師其生活型態與休閒參與之關係研究－以台北市為例(未出版之碩士論文)。國立東華

- 大學觀光暨遊憩管理研究所，花蓮縣。
- 江雯晴、畢璐鑾、郭正德（2011）。臺北市樂齡游泳者休閒涉入、休閒效益與休閒阻礙之研究。嘉大體育健康休閒，10（2），116-132。
- 池進通、李鴻文、陳芬儀（2008）。五大人格特質與工作績效關係之研究。經營管理論叢，4(2)，1-9。
- 余德成（1996）。品質管理人性面系統因素對工作績效之影響（未出版之博士論文）。國立中山大學企業管理學系，高雄市。
- 余嬪（2001）。正視婦女休閒權益—創造健康安全的休閒空間。第六屆全國婦女國是會議區域論壇—休閒篇，69-71。
- 別蓮蒂（2000）。生活型態白皮書：2000年臺灣消費習慣調查報告。台北：商周。
- 沈進成、王銘傑（2007）。工作士氣對工作績效影響關係之研究—以工作壓力為干擾變項。經營管理論叢，3(1)，81-98。
- 沈進成、曾慈慧、林映秀（2008）。遊客休閒涉入、體驗、依附影響之研究---以南投水里蛇窯陶藝文化園區為例。新竹教育大學人文社會學報創刊號，1，113-132。
- 何睦美、王博誼（2009）。更生人工作態度、工作績效與業主對其工作滿意之研究。經營管理論叢 2009 第三屆管理與決策學術研討會特刊，97-116。
- 何慶燕（2010）。休閒動機與休閒生活型態對自覺健康的影響—以台南縣國民中學教師為例（未出版之碩士論文）。亞洲大學休閒與遊憩管理學系，台中市。

- 李金泉 (1992)。SPSS+實務與應用統計分析。臺北：松崗電腦圖書資料股份有限公司。
- 李蘭 (1988)。公共衛生學-衛生教育與促進健康。台北市，巨流出版社。
- 李正鏞 (2007)。管理才能、內部行銷、工作士氣與工作績效關係之研究—以嘉南地區縣市警察局為例(未出版之碩士論文)。南華大學管理科學研究所，嘉義縣。
- 李曉韻 (2010)。私立技職校院職員工休閒涉入與工作績效之研究—以美和技術學院為例(未出版之碩士論文)。大仁科技大學休閒健康管理研究所，屏東縣。
- 李芷儀 (2012)。從熟齡族生活型態及休閒涉入探討民宿住宿動機之研究(未出版之碩士論文)。輔仁大學餐旅管理學系，新北市。
- 李政謙 (2012)。電視記者工作價值觀、組織承諾與工作績效關係之研究(未出版之碩士論文)。高雄師範大學，高雄市。
- 巫影潭 (2006)。醫師休閒運動態度、參與行為及工作壓力之研究(未出版之碩士論文)。國立體育學院，桃園縣。
- 吳清山、林天祐 (2005)。教育新詞書 (New Dictionary of Education)。台北市：高等教育出版社。
- 吳家瑞 (2008)。國內大型重型機車參與者生活型態、休閒涉入、知覺風險、休閒效益之研究—線性結構方程模式之驗證(未出版之碩士論文)。臺北市立教育大學體育學系，台北市。
- 吳明隆、涂金堂 (2008)。SPSS 與統計應用分析。臺北：五南。

- 吳明隆、涂金堂 (2009)。SPSS 與統計應用分析。臺北：五南。
- 吳軒瑤、吳福源、陳佑綺 (2009)。國小教師工作動機與績效之調查研究。2009「人力資源發展與教育研究」學術研討會論文集，252-267。
- 周正秋 (1998)。高雄市專業人員休閒態度與生活型態之研究(未出版之碩士論文)。國立高雄師範大學成人教育研究所，高雄市。
- 房美玉 (2002)。儲備幹部人格特質甄選量表之建立與應用—以某高科技公司為例。人力資源管理學報，2(1)，1-18。
- 林澄貴 (2001)。知識管理、工程專業人員核心能力與工作績效關係之研究—以中鋼公司為例(未出版之碩士論文)。國立中山大學人力資源管理研究所，高雄市。
- 林婉茹 (2006)。退休教師生活型態、自我尊榮與生活滿意度關係之研究(未出版之碩士論文)。國立高雄師範大學，高雄市。
- 林菁真、王淑治、甘唐沖、滕中璋 (2008)。國立大學職員之休閒行為、工作生活品質、工作壓力與工作績效之相關性研究。運動休閒餐旅研究，3(3)，1-26。
- 林志華 (2008)。高雄縣國小兼任行政職務教師人格特質、工作滿意度與工作績效關係之研究(未出版之碩士論文)。國立台東大學教育學系，台東市。
- 林慧櫻 (2008)。休閒參與對公務人員工作績效影響之研究--以台灣北部某縣政府公務人員為例(未出版之碩士論文)。國立宜蘭大學，宜蘭縣。
- 林雨軒、翁志成 (2010)。桃園縣國小教師工作壓力與休閒運

- 動參與之關係。99年度大專體育學術專刊，273-279。
- 林芯榆（2012）。未婚熟齡女性生活型態與休閒參與之關係研究(未出版之碩士論文)。國立東華大學，花蓮縣。
- 邱文嶽（2009）。國民小學教師生活型態、工作壓力與參與休閒運動動機之相關研究—以屏東縣為例(未出版之碩士論文)。屏東科技大學高階經營管理，屏東縣。
- 洪煌佳（2002）。突破休閒活動之休閒效益研究(未出版之博士論文)。國立臺灣師範大學，台北市。
- 洪嘉文（2003）。我國學校體育政策制定之研究(未出版之碩士論文)。國立台灣師範大學，台北市。
- 洪盟財（2008）。虛擬知識社群與組織學習對台中縣中小學資訊人員工作績效之影響(未出版之碩士論文)。亞洲大學經營管理學系，台中市。
- 施惠文（2005）。工作壓力、社會支持與工作績效之相關研究—以高雄市政府員工為例(未出版之碩士論文)。國立中山大學，高雄市。
- 侯世敏（2006）。稅務機關組織政治知覺、角色壓力、組織承諾與工作績效關聯性之研究—以臺東縣稅捐稽徵處為例(未出版之碩士論文)。臺東大學，臺東市。
- 胡琇雲（2008）。十七公里海岸線之遊客生活型態對休閒涉入、休閒體驗與滿意度影響關係之研究(未出版之碩士論文)。中華大學經營管理研究所，新竹市。
- 韋強善（2011）。軍訓教官休閒涉入及休閒滿意度關係之研究(未出版之碩士論文)。亞洲大學經營管理學系，台中市。
- 孫本初（2001）。《新公共管理》。台北：智勝。
- 翁士軒（2007）。休閒涉入、心理承諾、知覺可掌握的資源

- 對遊憩替代意願的影響關係之研究—以自行車為例(未出版之碩士論文)。靜宜大學，台中市。
- 陳旭播(2000)。中日業務管理與員工績效比較之研究(未出版之博士論文)。中國文化大學國際企業管理研究所，台北市。
- 陳般若(2004)。工作能力與態度對工作績效與收入之影響關係探討(未出版之碩士論文)。國立中央大學，桃園縣。
- 陳耕毓(2008)。生活型態及休閒涉入程度與衝浪者消費決策型態之研究(未出版之碩士論文)。輔仁大學體育學系研究所，新北市。
- 陳映蓁(2011)。遊客參與動機、涉入程度與樂活生活型態之相關研究-以2011亞洲有機樂活產業展為例(未出版之碩士論文)。雲林科技大學，雲林縣。
- 陳在縣(2012)。領導風格及員工人格特質對工作績效影響之研究—以台北市國際觀光旅館為例(未出版之碩士論文)。世新大學觀光學研究所，台北市。
- 張純青(2004)。組織正義、工作壓力與工作績效關係之研究—以金融控股公司為例(未出版之碩士論文)。朝陽科技大學保險金融管理系研究所，台中市。
- 張淑靜(2006)。台北市國小教師生活型態與休閒態度之研究(未出版之碩士論文)。臺北市立教育大學，台北市。
- 張良漢(2006)。建構登山健行者活動涉入與地方依戀影響模式。體育學報，39(4)，163-178。
- 張家銘、林麗娟、張良漢(2007)。國小學童休閒涉入與休閒體驗之研究。運動休閒餐旅研究，2(4)，21-38。
- 張貴米(2007)。國立特殊教育學校教師工作生活品質與工

- 作績效相關之研究(未出版之碩士論文)。國立彰化師範大學，彰化市。
- 張維(2008)。工作壓力與績效之研究：以中部四縣市國民中學專任行政人員為例(未出版之碩士論文)。中興大學國家政策與公共事務研究所，台中市。
- 張馨方(2009)。少子化趨勢對國民小學的衝擊與因應策略-以一所國小為例。學校行政雙月刊，63，47-66。
- 張智傑、李城忠(2010)。樂活族休閒涉入與休閒效益關係之研究。運動休閒管理學報，7(2)，111-131。
- 張澤君(2011)。臺北市高中職軍訓教官工作壓力與休閒參與之研究(未出版之碩士論文)。國立臺灣師範大學，台北市。
- 張哲嘉(2012)。人格特質、工作壓力、工作-家庭衝突對工作績效影響之研究-以空軍新竹、嘉義基地修護人員為例(未出版之碩士論文)。南華大學，嘉義縣。
- 許南雄(2006)。組織行為。臺北市：華立。
- 梁畢玲(2006)。國小教師生活型態、專業認同與職涯滿意度關係之研究(未出版之碩士論文)。國立高雄師範大學成人教育研究所，高雄市。
- 梁恒華(2006)。新店市國小高年級學生生活型態與休閒參與關係之研究(未出版之碩士論文)。國立臺北教育大學，台北市。
- 莊朝勝(2012)。學校兼行政教師對工作投入、工作壓力、工作滿意與工作績效相關之研究(未出版之碩士論文)。國立台東大學教育學系，台東市。
- 教育部(2013)。國民中學個別學校基本資料。2013年4月

27 日取自

<http://www.edu.tw/Default.aspx?WID=31d75a44-efff-4c44-a075-15a9eb7aecdf>。

- 黃信二 (1999)。《禮記·學記篇》之教育哲學思想。《哲學與文化》，26(1)，47-66。
- 黃彩霖 (2003)。醫院行政人員的人格特質、工作壓力、工作投入、專業承諾及工作績效之相關性研究(未出版之碩士論文)。南華大學管理研究所，嘉義縣。
- 黃元田 (2003)。嘉南地區高中職學生休閒活動調查之研究(未出版之碩士論文)。致遠管理學院，台南縣。
- 黃春慧 (2008)。臺北市國小教師生活型態與海外旅遊行為之研究(未出版之碩士論文)。臺北市立教育大學，台北市。
- 游錫霖 (2009)。桃園縣國小教師生活型態與休閒運動參與之關係研究(未出版之碩士論文)。國立體育大學，桃園縣。
- 葉椒椒 (1995)。工作心理學。台南：五南圖書出版公司。
- 楊國樞 (1992)。父子軸家庭與夫妻軸家庭：運作特徵、變遷方向及適應問題(演講稿)。家庭與心理衛生國際研討會。台北市：中國心理衛生協會。
- 楊馥如 (2011)。新北市國小教師生活型態、休閒參與及幸福感關係之研究(未出版之碩士論文)。國立台灣師範大學，台北市。
- 廖晨諭 (2008)。警務人員休閒參與、工作績效與工作滿意關係之研究—以南投縣政府警察局為例(未出版之碩士論文)。亞洲大學，台中市。

- 廖巍庭 (2009)。知識延續管理、個人工作能力與個人工作績效關聯性之研究(未出版之碩士論文)。國防大學管理學院，台北市。
- 鄭熙彥 (1987)。國小教師生活型態、服務精神與其參與社區發展工作之角色期望的關係。國立台灣教育學院輔導學報，10，71-120。
- 鄭健雄、劉孟奇 (2001)。遊客渡假生活型態與休閒消費行為之初探－以墾丁地區遊客為例。觀光研究學報，7(2)，93-110。
- 劉惠珍、謝淑芬 (1998)。週休二日制對消費者休閒旅遊行為影響之研究。第十三屆全國技術及職業教育研討會論文集，87-97。
- 劉盈足 (2005)。公務員週末之休閒涉入與其休閒滿意度關係之探討－以彰化地區鄉鎮市公所為例(未出版之碩士論文)。大葉大學休閒事業管理學系，彰化縣。
- 劉宗明、黃德祥 (2008)。國中教師人格特質與教學效能之研究。臺北市立教育大學學報，39(2)，1-34。
- 蔡巧玲 (2005)。休閒潛水者性別角色與休閒涉入之研究(未出版之碩士論文)。國立體育學院，桃園縣。
- 蔡樹芬、葉源鎰 (2006)。青少年休閒態度與休閒活動涉入之相關研究。臺中技術學院人文社會學報，5，147-167。
- 蔡雅竹 (2006)。公民營組織成員工作績效量表之重建(未出版之碩士論文)。國立中山大學管理人力資源管理研究所，高雄市。
- 歐陽亞慧 (2008)。金門地區保全人員休閒參與及工作績效之研究(未出版之碩士論文)。銘傳大學，台北市。

- 歐陽彥慧 (2009)。金融從業人員在工作不安定下對工作績效之影響－以工作壓力與工作投入為中介變項。華人經濟研究，7(2)，78-95。
- 賴家慶 (2011)。空服員休閒參與、工作壓力及幸福感之研究－以長榮航空公司為例(未出版之碩士論文)。國立臺灣師範大學，台北市。
- 賴文祥 (2012)。空軍志願役人員工作壓力、休閒阻礙、休閒生活型態及休閒幸福感關係之探討－以嘉南地區為例(未出版之碩士論文)。南華大學企業管理系管理科學所，嘉義縣。
- 謝以琳 (2012)。高科技產業從業人員工作壓力對工作績效影響之研究(未出版之碩士論文)。龍華科技大學商學與管理研究所，桃園縣。
- 簡貞玉 (1996)。消費者行為學。台北：五南。
- 簡俊哲 (2013)。國營事業民營化員工休閒參與、工作壓力、身心健康與工作績效關係之研究－以中華電信公司為例(未出版之碩士論文)。朝陽科技大學，台中市。
- 蘇義祥 (1999)。中華電信專戶服務部門領導型態與工作績效關係之研究：服務人員特質及成熟度的調節作用(未出版之碩士論文)。國立中山大學企業管理研究所，高雄市。
- 蘇可欣 (2005)。大學教師社經地位、休閒生活型態與生活品質關係之研究(未出版之碩士論文)。臺中健康暨管理學院，台中市。
- 蘇慧慈 (2011)。六堆嘉年華參與者休閒涉入、休閒體驗與休閒滿意之相關研究(未出版之碩士論文)。雲林科技大學，雲林縣。

二、英文文獻

- Armstrong, G., and Kotler, P. (2008). *Marketing: An Introduction(9nd ed.)*. NJ: Prentice Hall.
- Borman, W. C. & Motowidlo, S. J. (1993). *Expanding the Criterion Domain to Include Elements of Contextual Performance*. San Francisco: Jossey-Bass, 71-98.
- Byars, L. L. & Rue, L. W. (1994). *Human resource management (4th ed)*. Burr Ridge: IRWIN.
- Borman, W. C., & Motowidlo, S. J. (1997). Task performance and contextual performance: The meaning for personnel selection research. *Human Performance, 10*, 99-109.
- Brouthers, K. D. (2002). Institutional, Cultural & Transaction Cost influences on entry mode choice & performance. *Journal of International Business Studies, 33(2)*, 203-221.
- Campbell, J. P. (1990). An overview of the army selections and classification project. *Personnel Psychology, 9(4)*, 309-329.
- Campbell, J. P. (1990). Modeling the performance predication problem in industrial and organization psychology. In M. D. Dunnette, & L.M. Hough (Eds.). *Handbook of industrial and organization psychology(2nd ed.)*, 1, 687-732. Palo Alto, CA: Consulting Psychologists Press.
- Cordes, K. A. , & Ibrahim, H. M. (1999). *Application in Recreation and Leisure For Today and the Future*. New York: McGraw-Hill.

- Demby, E. (1974). *Psychographics and Form Where It Comes in Lifestyle and Psychographics*. Chicago: AMA .
- Dimanche, F., Havitz, M. E., Howard, D. R. (1991). Testing the involvement profile scale in the context of secreted recreational and touristy activities. *Journal of Leisure Research*, 23, 51-66.
- Engel, J. F., Blackwell, R. D., & Kollat, D. (1978). *Consumer behavior(3rd ed)*. Hinsdale: Dryden Press.
- Engel, F. J., Blackwell R. D., & Miniard P. W. (1995). *Consumer behavior*. New York: Dryden Press.
- Godbye, G. (2003). *Leisure in your life: An exploration (6th ed.)*. State College, PA: Venture .
- George A. Kelly (1955). *Principles of Personal Construct Psychology*. New York: Norton.
- Havitz, M. E., & Dimanche, F. (1990). Propositions for testing the involvement Construct in recreational and tourism contexts. *Leisure Science*, 12, 179-195.
- Havitz, M. E., & Dimanche, F. (1997). Leisure involvement revisited: Conceptual conundrums and measurement advances. *Journal of Leisure Research*, 29, 245-278.
- Havitz, M. E., & Dimanche, F. (1999). Leisure Involvement Rvisited: Drive Propertie and Paradoxes. *Journal of Leisure Research*, 31, 122-149.
- Havitz, M. E., & Mannell, R. C. (2005). Enduring involvement, situational involvement, and flow in leisure and non-leisure activities. *Journal of Leisure*

- Research*, 37(2), 152-177.
- Kaiser, H. F. (1960). The application of electronic computers to factor analysis. *Educational and Psychological Measurements*, 20, 141-151.
- Kaiser, H. F. (1974). An index of factorial simplicity. *Psychometrika*, 39, 31-36.
- Kane, M. (1976). Validating the performance standards associated with passing scores. *Review of Educational Research*, 64(3), 425-461.
- Katz, D., & Kahn, R. L. (1978). *The social psychology of organizations*. New York: Wiley.
- Kelly, J. R. (1978). Situational and social factors in leisure decisions. *Pacific Sociological Review*, 21, 313-330.
- Kesic, T. & Piri-Rajh, S. (2003). Market segmentation on the basis of food-related lifestyles of Croatian families. *British Food Journal*, 105(3), 162-174.
- Kim, S. S., Scott, D., & Crompton, J. I. (1997). An exploration of the relationships among social psychological involvement, behavioral involvement, commitment, and future intentions in the context of birdwatching. *Journal of Leisure Research*, 29(3), 320-341.
- Kotler, P. (1992). *Marketing management: analysis, planning and control* (7th ed.). NJ: Prentice-Hall.
- Kotler, P., & Armstrong, G. (1997). *Marketing: An Introduction* (4th ed.). Upper Saddle River:

- Prentice-Hall Inc.
- Kotler, P. (2000). *Marketing Management: Analysis , Planning ,Implementation and Control*. New Jersey: Prentice-Hall Inc .
- Kotler. P. (2006). *Marketing Management: an introduction-an Asian perspective (7th ed)*. Prentice Hall: Simon & Schuster (Asian) Pte Ltd.
- Kyle, G., & Chick, G. (2002). The social nature of leisure involvement. *Journal of Leisure Research*, 34 (4), 426-448.
- Kyle, G. T., & Mowen, A. J. (2005). An examination of the leisure involvement-Agency commitment relationship. *Journal of Leisure Research*, 37(3), 342-363.
- Lazer, W. (1963). *Toward Scientific Marketing*. Chicago: AMA.
- Laurent, G., & Kapferer, J. N. (1985). Measuring consumer involvement profiles. *Journal of Marketing Research*, 22, 41-53.
- Lodico, M. G., Spaulding, D. T., & Voegtle, K. H. (2006). *Methods in educational research: From theory to practice*. San Francisco, CA: Jossey-Bass.
- Meglino, B. M. (1977). Stress and performance: Are they always incompatible? *Supervisory Management*, 22, 2-12.
- McIntyre, N. (1989). The Personal Meaning of Participation: Enduring Involvement. *Journal of Leisure Research*, 21 (2), 167-179.

- McIntyre, N. & Pigram, J. J. (1992). Recreation specialization reexamined: The case of vehicle-based campers. *Leisure Sciences, 14*, 3-15.
- Motowidlo S. J. & Van Scotter, J. R. (1994). Evidence that task performance should be distinguished from contextual performance, *Journal of Applied Psychology, 79*, 475-480.
- Plummer, J. T. (1974). The Concept and Application of Life Style Segmentation. *Journal of Marketing, 38*(1), 33-37.
- Reynolds, F. D. & Darden, W. R. (1974). *Constructing Life Style and Psychographics, Lifestyle and Psychographics*. Chicago : AMA.
- Robbins (1998). *Organizational Behavior*. NJ: Prentice Hall.
- Shivers, J. S. (1967). *Principles and Practices of Recreational Service*. NY : Macmillan.
- Singer, J. E. (1982). The need to measure lifestyle. *International Review of Applied Psychology, 31*, 303-315.
- Selin, S. W., Howard, D. R. (1988). Ego involvement and leisure behavior: A conceptual specification. *Journal of leisure research, 20*(3), 237-244.
- Seitsamo J. & Ilmarinen J. (1997). Life-style, aging and work ability among active finnish works in 1981-1992. Institute of Occupational Health, Topeliuksenkatu 41 a A, Fin-00250 Helsinki Fin-Scand. *J. Work Environ. Health, 23*, Suppl.1(20-26)-summ in Engl

- Schermerhorn, J. R., Hunt, J. G., & Osborn, R. N. (1999). *Managing organizational Behavior*. NY : John Wiley & Sons.
- Sobel, M. E. (1981). *Lifestyle and Social Structure Concept, Definitions, Analyses*. New York: Academic Press.
- Venkartaman, N. & Ramanujam, V. (1986). Measurement of Business Performance on Strategy Research: A Comparison of Approach. *Academy of Management Review*, 11(4), 801-814.
- Wells, D. W., & Tigert, D. J. (1971). Activities, interests & opinions. *Journal of Advertising Research*, 11(4), 27-35.
- Wind. Y. & Green, P. E. (1974). Some Conceptual Measurement and Analytical Problems in Life Style Research. *Life Style and Psychographics*. NY : AMA.
- Wiley, C. G. E., Shaw, S. M., & Havitz, M. E. (2000). Men's and womam's involvement in sports: An examination of the gendered aspects of leisure involvement. *Leisure Sciences*, 22(1), 19-31.
- Williams, S. & Cooper, L. (2002). *Managing workplace stress: A best practice blueprint*. Chichester: John Wiley & Sons.

附錄一：預試問卷

嘉義縣國中教師生活型態、休閒涉入對工作績效影響之研究

親愛的老師 您好：

十分感謝您參與本問卷之填答，此為一份學術性研究問卷，本研究目的是探討嘉義縣國中教師生活型態、休閒涉入對工作績效之影響。問卷共分為四個部分，請仔細閱讀後，再回答問題。問卷採不記名方式，您所提供的資料僅供於統計分析使用，絕不做其他用途，敬請放心填寫。您的寶貴意見對本研究影響甚鉅，請直接依照您實際的感受填寫，由衷感謝您的幫忙與支持！

敬祝 萬事如意、健康快樂！

國立台灣體育運動大學運動管理系研究所
指導教授：黃彥翔 博士
研究生：陳嘉惠 敬上

第一部分：個人基本資料

【填答說明】以下是關於您個人的基本資料，所得資料僅供統計分析之用，絕對不會對外公開，請詳實在打，謝謝您的合作。

- 1、性別：(1)男性 (2)女性
- 2、年齡：(1)30歲(含)以下 (2)31-40歲
(3)41-50歲 (4)51-60歲 (5)61歲以上
- 3、服務年資：(1)5年(含)以下 (2)6-15年
(3)16-25年 (4)26年(含)以上
- 4、學歷：(1)專科(含師專) (2)大學(含師院)
(3)碩士(含)以上
- 5、擔任職務：(1)教師兼行政(含主任、組長) (2)導師
(3)專任教師 (4)代理教師 (5)兼課教師
- 6、婚姻狀況：(1)未婚 (2)已婚 (3)已婚單身
- 7、家庭狀況：(1)小家庭 (2)大家庭 (3)折衷家庭
- 8、學校規模：(1)12班(含)以下 (2)13-24班
(3)25班以上

第二部分：生活型態

【填答說明】下列敘述是為了瞭解各位教師您對生活中人、事、物的看法，請您依照自己對問題的同意程度加以勾選，依序是非常不同意至非常同意。

| | 非 常 不 同 意 | 不 同 意 | 普 通 | 同 意 | 非 常 同 意 |
|-----------------------|-----------------------|-------------|--------|--------|------------------|
| 1.家庭是我生活的重心 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 2.假日我喜歡和家人一同出遊 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 3.我很重視家人間的相處和溝通 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 4.工作之餘，我喜歡和家人一起用餐 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 5.我非常重視下一代的教育 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 6.我經常運動以保持身心健康 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 7.一天沒運動我會覺得不舒服 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 8.有空閒時，我喜歡去運動放鬆心情 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 9.我會特別注意飲食的選擇與控制 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 10.我非常注意自己的健康狀況 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 11.我喜歡認識新朋友 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 12.我和同事或朋友們經常聚會 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 13.我很容易和初見面的人聊得很愉快 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 14.在社交場合裡，我很活躍 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 15.我喜歡和親朋好友來往 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 16.我會特別留意流行時尚的趨勢 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 17.我對流行、新奇的事物相當感興趣 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 18.在別人眼裡，我是個時尚有品味的人 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 19.我喜歡有品牌且流行性高的商品 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 20.我會去嘗試目前流行的活動 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 21.我經常從雜誌、書籍或網路上吸取新知識 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 22.我喜歡參加藝文活動 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 23.我會隨時留意教育方面的新資訊 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 24.我經常購買書籍或雜誌 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 25.有空閒時，我喜歡閱讀書報雜誌 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 26.我喜歡嘗試具挑戰性、競爭性的工作 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 27.同事、朋友經常會來請教我問題 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 28.我喜歡成為眾所矚目的焦點 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 29.任何事情我都想嘗試 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 30.我不喜歡依賴他人，凡事自己來 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |

第三部分：休閒涉入

【填答說明】下列題項是描述您參與休閒活動時休閒涉入的情形，請您依照自己對問題的同意程度加以勾選，依序是非常不同意至非常同意。

| | 非常 不同 意 | 不 同 意 | 普 通 | 同 意 | 非常 同 意 |
|----------------------------------|---------------|-------------|--------|--------|--------------|
| 1.再忙我也會抽空參與休閒活動 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 2.我會蒐集我喜愛的休閒活動之相關資訊以提升我對該休閒活動的了解 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 3.如果經濟許可我會購買我喜愛的休閒活動所需的設備或產品 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 4.參與休閒活動使我感到愉悅 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 5.參與喜愛的休閒活動對我來說很重要 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 6.參與喜愛的休閒活動使我感到有趣 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 7.參與喜愛的休閒活動令我很開心 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 8.我的生活大部分和喜愛的休閒活動有關 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 9.參與喜愛的休閒活動在我生活中扮演重要的角色 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 10.要我改變我對休閒活動的偏好並不容易 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 11.我喜歡和朋友討論休閒活動的相關訊息 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 12.參與休閒活動是我和朋友聯繫感情的重要方式 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 13.參與休閒活動時能展現真實的自我 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 14.即使我沒有參與該項休閒活動我仍然可以和其他人侃侃而談 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 15.他人可以從我參與休閒活動的過程了解我 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 16.我樂意讓其他人看到我參與休閒活動時的情況 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 17.一個人參與休閒活動的態度可以反應出他的個性 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 18.休閒活動對我而言不重要 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |

第四部份：工作績效

【填答說明】請根據您在工作上的實際表現，判斷以下描述並依照自己對問題的同意程度加以勾選，依序是非常不同意至非常同意。

| | 非 常 不 同 意 | 不 同 意 | 普 通 | 同 意 | 非 常 同 意 |
|-------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| 1.我對課程安排非常得心應手 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 2.我對教材準備駕輕就熟 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 3.我在學生管理方面掌控得宜 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 4.整體而言，我會作好學校所要求的任務 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 5.我能在期限內完成學校或上級主管所交辦的任務 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 6.我會主動解決工作上的問題 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 7.我能保持良好的工作品質 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 8.我相當熟悉學校內應遵守的規範及工作內容 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 9.我的工作效率相當高 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 10.在工作需要時，我能善用溝通技巧 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 11.我能與同事保持良好的合作關係 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 12.我會嚴格遵守學校的相關規範 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 13.當同事忙不過來時，我樂於主動幫忙分擔 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 14.在工作上，我會顧及行政倫理 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 15.我會不斷學習和工作相關的新知識、新技巧 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 16.工作上我總是充滿幹勁 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 17.工作遇到瓶頸時，我會主動尋求協助 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 18.我期望被安排或指派具挑戰性的任務 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

※本問卷到此結束，請再幫忙檢查是否有遺漏之處，感謝您的填答※

附錄二：正式問卷

嘉義縣國中教師生活型態、休閒涉入對工作績效影響之研究

親愛的老師 您好：

十分感謝您參與本問卷之填答，此為一份學術性研究問卷，本研究目的是探討嘉義縣國中教師生活型態、休閒涉入對工作績效之影響。問卷共分為四個部分，請仔細閱讀後，再回答問題。問卷採不記名方式，您所提供的資料僅供於統計分析使用，絕不做其他用途，敬請放心填寫。您的寶貴意見對本研究影響甚鉅，請直接依照您實際的感受填寫，由衷感謝您的幫忙與支持！

敬祝 萬事如意、健康快樂！

國立台灣體育運動大學運動管理系研究所
指導教授：黃彥翔 博士
研究生：陳嘉惠 敬上

第一部分：個人基本資料

【填答說明】以下是關於您個人的基本資料，所得資料僅供統計分析之用，絕對不會對外公開，請詳實在打，謝謝您的合作。

- 1、性別：(1) 男性 (2) 女性
- 2、年齡：(1) 30歲(含)以下 (2) 31-40歲
(3) 41-50歲 (4) 51-60歲 (5) 61歲以上
- 3、服務年資：(1) 5年(含)以下 (2) 6-15年
(3) 16-25年 (4) 26年(含)以上
- 4、學歷：(1) 專科(含師專) (2) 大學(含師院)
(3) 碩士(含)以上
- 5、擔任職務：(1) 教師兼行政(含主任、組長) (2) 導師
(3) 專任教師 (4) 代理教師 (5) 兼課教師
- 6、婚姻狀況：(1) 未婚 (2) 已婚 (3) 已婚單身
- 7、家庭狀況：(1) 小家庭 (2) 大家庭 (3) 折衷家庭
- 8、學校規模：(1) 12班(含)以下 (2) 13-24班
(3) 25班以上

第二部分：生活型態

【填答說明】下列敘述是為了瞭解各位教師您對生活中人、事、物的看法，請您依照自己對問題的同意程度加以勾選，依序是非常不同意至非常同意。

| | 非 常 不 同 意 | 不 同 意 | 普 通 | 同 意 | 非 常 同 意 |
|------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| 1. 我經常運動以保持身心健康 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 2. 一天沒運動我會覺得不舒服 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 3. 有空閒時，我喜歡去運動放鬆心情 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 4. 我會特別注意飲食的選擇與控制 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 5. 我非常注意自己的健康狀況 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 6. 我和同事或朋友們經常聚會 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 7. 我喜歡和親朋好友來往 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 8. 我會特別留意流行時尚的趨勢 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 9. 我對流行、新奇的事物相當感興趣 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 10. 在別人眼裡，我是個時尚有品味的人 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 11. 我喜歡有品牌且流行性高的商品 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 12. 我經常從雜誌、書籍或網路上吸取新知識 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 13. 我喜歡參加藝文活動 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 14. 我會隨時留意教育方面的新資訊 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 15. 我經常購買書籍或雜誌 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 16. 有空閒時，我喜歡閱讀書報雜誌 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 17. 我喜歡嘗試具挑戰性、競爭性的工作 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 18. 同事、朋友經常會來請教我問題 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 19. 我喜歡成為眾所矚目的焦點 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

第三部分：休閒涉入

【填答說明】下列題項是描述您參與休閒活動時休閒涉入的情形，請您依照自己對問題的同意程度加以勾選，依序是非常不同意至非常同意。

| | 非 常 不 同 意 | 不 同 意 | 普 通 | 同 意 | 非 常 同 意 |
|--------------------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| 1.再忙我也會抽空參與休閒活動 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 2.我會蒐集我喜愛的休閒活動之相關資訊以 提升我對該休閒活動的了解 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 3.參與休閒活動使我感到愉悅 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 4.參與喜愛的休閒活動對我來說很重要 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 5.參與喜愛的休閒活動使我感到有趣 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 6.參與喜愛的休閒活動令我很開心 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 7.我的生活大部分和喜愛的休閒活動有關 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 8.參與休閒活動是我和朋友聯繫感情的重要 方式 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 9.參與休閒活動時能展現真實的自我 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 10.即使我沒有參與該項休閒活動我仍然可 以和他人侃侃而談 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 11.他人可以從我參與休閒活動的過程了解 我 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 12.休閒活動對我而言不重要 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

第四部份：工作績效

【填答說明】請根據您在工作上的實際表現，判斷以下描述並依照自己對問題的同意程度加以勾選，依序是非常不同意至非常同意。

| | 非 常 不 同 意 | 不 同 意 | 普 通 | 同 意 | 非 常 同 意 |
|-----------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| 1.我會主動解決工作上的問題 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 2.我相當熟悉學校內應遵守的規範及工作內容 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 3.我能與同事保持良好的合作關係 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 4.我會嚴格遵守學校的相關規範 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 5.當同事忙不過來時，我樂於主動幫忙分擔 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 6.我會不斷學習和工作相關的新知識、新技巧 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 7.工作上我總是充滿幹勁 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

※本問卷到此結束，請再幫忙檢查是否有遺漏之處，感謝您的填答※

附錄三 建構專家效度之專家學者名單

| 姓名 | 現職 |
|-----|----------------------------|
| 林文郎 | 國立臺灣體育運動大學教授兼運動休閒暨健康管理學院院長 |
| 黃彥翔 | 國立臺灣體育運動大學副教授 |
| 黃錦煌 | 國立臺灣體育運動大學副教授兼運動管理學系系主任 |
| 羅明都 | 嘉義縣立永慶高級中學校校長 |
| 鄭招興 | 嘉義縣立忠和國民中學校校長 |
| 張瑛儒 | 嘉義市立南興國民中學校校長 |
