

## 第五節 休閒態度與休閒輔導需求差異性之分析

為了瞭解國立水里商工不同的年級、住宿、社團、每週參與休閒活動時間的學生，其休閒態度與休閒輔導需求各層面間是否有差異。本節進行單因子變異數分析，並以.05為差異考驗水準。若其F值達顯著水準，則以薛費法進行事後比較，茲分別比較如下：

### 一、不同年級的學生，其休閒態度與休閒輔導需求之變異數分析：

由表4-10可知，在認知層面，一年級學生（20.48）在休閒態度方面的認知程度高於三年級學生（19.76）；三年級學生又高於二年級學生（19.58），經單因子變異數分析的結果，達到顯著水準（ $F=7.21$ ， $p<.05$ ）進一步以薛費事後比較法分析，發現一年級學生在休閒態度方面的認知程度顯著高於三年級和二年級學生。

在情意層面，一年級學生（12.41）在休閒態度方面的情意高於二年級學生（11.04）；二年級學生又高於三年級學生（10.06），經單因子變異數分析的結果，達到顯著水準（ $F=33.87$ ， $p<.05$ ）進一步以薛費事後比較法分析，發現一年級學生在休閒態度方面的情意層面顯著高於二年級和三年級學生；二年級學生顯著高於三年級學生。

在行為層面，一年級學生（10.98）在休閒態度方面的行為層面高於二年級學生（10.87）；二年級學生又高於三年級學生（10.56），經單因子變異數分析的結果，未達到顯著水準。由此可知學生在休閒態度方面，其休閒行為不因年級不同而有差異。

在意義與功能需求層面，一年級學生（12.50）在休閒輔導需求方面的意義與功能需求高於二年級（11.45）；二年級學生又高於三年級學生（11.33），經單因子變異數分析的結果，達到極顯著水準（ $F=$

8.48,  $p < .05$ ) 進一步以薛費事後比較法分析，發現一年級學生在休閒態度方面的意義與功能需求顯著高於二年級和三年級學生。

在內涵與資源需求層面，一年級學生 (9.36) 在休閒輔導需求方面的內涵與資源需求高於三年級 (9.20)；三年級學生又高於二年級學生 (9.06)，經單因子變異數分析的結果，未達到顯著水準。由此可知學生在休閒輔導需求方面的內涵與資源需求，不因年級不同而有差異。

在能力與技巧需求層面，一年級學生 (10.25) 在休閒輔導需求方面的能力與技巧需求高於二年級 (9.46)；二年級學生又高於三年級學生 (8.97)，經單因子變異數分析的結果，達到顯著水準 ( $F = 20.54$ ,  $p < .05$ ) 進一步以薛費事後比較法分析，發現一年級學生在休閒態度方面的能力與技巧需求顯著高於二年級和三年級學生；二年級顯著高於三年級。

在自我探索層面，一年級學生 (24.72) 在休閒輔導需求方面的自我探索需求高於二年級 (23.68)；二年級學生又高於三年級學生 (23.49)，經單因子變異數分析的結果，未達到顯著水準。由此可知學生在休閒輔導需求方面的自我探索需求，不因年級不同而有差異。

表4-10 不同年級的學生其休閒態度與休閒輔導需求之變異數分析

變異數分析									
層面	變項	平均數	標準差	變異數來源	離均差平方和	自由度	均方	F 值	事後比較
認知層面	一年級(A)	20.48	3.09	組間	141.8776	2	70.94	7.21***	A>B
	二年級(B)	19.58	2.97	組內	9185.737	933	9.85		A>C
	三年級(C)	19.76	3.36	總和	9327.614	935			
情意層面	一年級(A)	12.41	3.48	組間	825.938	2	412.97	33.87***	A>B
	二年級(B)	11.04	3.33	組內	11374.71	933	12.19		A>C
	三年級(C)	10.06	3.67	總和	12200.65	935			B>C
行為層面	一年級(A)	10.98	2.66	組間	27.88185	2	13.94	1.94	-
	二年級(B)	10.87	2.62	組內	6688.268	933	7.17		
	三年級(C)	10.56	2.77	總和	6716.15	935			
意義與功能需求	一年級(A)	12.50	4.05	組間	253.69	2	126.85	8.48***	A>B
	二年級(B)	11.45	3.74	組內	13960.30	933	14.96		A>C
	三年級(C)	11.33	3.82	總和	14214.00	935			
內涵與資源需求	一年級(A)	9.36	3.12	組間	13.93	2	6.97	0.75	-
	二年級(B)	9.06	2.90	組內	8713.11	933	9.34		
	三年級(C)	9.20	3.16	總和	8727.04	935			
能力與技巧需求	一年級(A)	10.25	2.47	組間	248.67	2	124.33	20.54***	A>B
	二年級(B)	9.46	2.33	組內	5647.98	933	6.05		A>C
	三年級(C)	8.97	2.59	總和	5896.65	935			B>C
自我探索需求	一年級(A)	24.72	7.76	組間	261.82	2	130.91	2.34	-
	二年級(B)	23.68	7.00	組內	52150.30	933	55.90		
	三年級(C)	23.49	7.72	總和	52412.12	935			

p<.05\*    p<.01\*\*    p<.001\*\*\*

## 二、不同住宿的學生，其休閒態度與休閒輔導需求之變異數分析：

由表4-11可知，在認知層面，住學校宿舍的學生（20.28）在休閒態度方面的認知程度高於住在家裡的學生（19.81）；住在家裡的學生高於住親友家庭的學生（19.55）；住親友家庭的學生又高於校外租屋的學生（19.43），經單因子變異數分析的結果，未達到顯著水準。由此可知學生在休閒態度方面，其認知程度不因住宿方式不同而有差異。

在情意層面，住親友家庭的學生（11.75）在休閒態度方面的情意高於住在家裡的學生（11.36）；住在家裡的學生高於住學校宿舍的學生（11.22）；住學校宿舍的學生又高於校外租屋的學生（9.50），經單因子變異數分析的結果，達到極顯著水準（ $F=6.19, p<.001$ ）進一步以薛費事後比較法分析，發現發現住學校宿舍的學生和住在家裡的學生在休閒態度方面的情意層面顯著高於校外租屋的學生。

在行為層面，住學校宿舍的學生（10.98）在休閒態度方面的行為高於住在家裡的學生（10.80）；住在家裡的學生高於校外租屋的學生（10.51）；校外租屋的學生又高於住親友家庭的學生（9.60），經單因子變異數分析的結果，未達到顯著水準。由此可知學生在休閒態度方面，其行為不因住宿方式不同而有差異。

在意義與功能需求層面，住學校宿舍的學生（12.39）在休閒輔導需求方面的意義與功能需求高於住親友家庭的學生（12.15）；住親友家庭的學生高於住在家裡的學生（11.53）；住在家裡的學生又高於校外租屋的學生（10.61），經單因子變異數分析的結果，達到極顯著水準（ $F=5.64, p<.001$ ）進一步以薛費事後比較法分析，發現住學校宿舍的學生在休閒態度方面的意義與功能需求顯著高於校外租屋的學

生和住在家裡的學生。

在內涵與資源需求層面，住親友家庭的學生（9.60）在休閒輔導需求方面的內涵與資源需求高於住學校宿舍的學生（9.38）；住學校宿舍的學生高於住在家裡的學生（9.14）；住在家裡的學生又高於校外租屋的學生（8.79），經單因子變異數分析的結果，未達到顯著水準。由此可知學生在休閒輔導需求方面的內涵與資源需求，不因住宿方式不同而有差異。

在能力與技巧需求層面，住親友家庭的學生（10.25）在休閒輔導需求方面的能力與技巧需求高於住學校宿舍的學生（9.63）；住學校宿舍的學生與住在家裡的學生相同（9.63）；兩者皆高於校外租屋的學生（8.61），經單因子變異數分析的結果，達到顯著水準（ $F=4.43$ ， $p<.01$ ）進一步以薛費事後比較法分析，發現住學校宿舍的學生和住在家裡的學生在休閒態度方面的能力與技巧需求顯著高於校外租屋的學生。

在自我探索層面，住親友家庭的學生（24.95）在休閒輔導需求方面的自我探索需求高於住學校宿舍的學生（24.75）；住學校宿舍的學生高於住在家裡的學生（23.74）；住在家裡的學生又高於校外租屋的學生（22.05），經單因子變異數分析的結果，達到顯著水準（ $F=3.06$ ， $p<.05$ ）進一步以薛費事後比較法分析，住學校宿舍的學生在休閒輔導需求方面的自我探索需求顯著高於校外租屋的學生。

表4-11 不同住宿的學生其休閒態度與休閒輔導需求之變異數分析

變異數分析									
層面	變項	平均數	標準差	變異數來源	離均差平方和	自由度	均方	F 值	事後比較
認知層面	校外租屋(A)	19.43	3.37	組間	66.90	3	22.30	2.24	-
	學校宿舍(B)	20.28	2.98	組內	9260.72	932	9.94		
	親友家庭(C)	19.55	3.00	總和	9327.61	935			
	住在家裡(D)	19.81	3.22						
情意層面	校外租屋(A)	9.50	3.22	組間	238.52	3	79.51	6.19***	B>A D>A
	學校宿舍(B)	11.22	3.74	組內	11962.13	932	12.83		
	親友家庭(C)	11.75	3.84	總和	12200.65	935			
	住在家裡(D)	11.36	3.53						
行為層面	校外租屋(A)	10.51	2.86	組間	44.53	3	14.84	2.07	-
	學校宿舍(B)	10.98	2.63	組內	6671.62	932	7.16		
	親友家庭(C)	9.60	2.68	總和	6716.15	935			
	住在家裡(D)	10.80	2.68						
意義與功能需求	校外租屋(A)	10.61	3.57	組間	253.48	3	84.49	5.64***	B>A B>D
	學校宿舍(B)	12.39	3.99	組內	13960.52	932	14.98		
	親友家庭(C)	12.15	3.63	總和	14214.00	935			
	住在家裡(D)	11.53	3.85						
內涵與資源需求	校外租屋(A)	8.79	3.19	組間	27.48	3	9.16	0.98	-
	學校宿舍(B)	9.38	3.13	組內	8699.56	932	9.33		
	親友家庭(C)	9.60	2.95	總和	8727.04	935			
	住在家裡(D)	9.14	3.00						
能力與技巧需求	校外租屋(A)	8.61	2.46	組間	82.89	3	27.63	4.43**	B>A D>A
	學校宿舍(B)	9.63	2.52	組內	5813.76	932	6.24		
	親友家庭(C)	10.25	2.43	總和	5896.65	935			
	住在家裡(D)	9.63	2.49						
自我探索需求	校外租屋(A)	22.05	7.33	組間	511.98	3	170.66	3.06*	B>A
	學校宿舍(B)	24.75	7.75	組內	51900.14	932	55.69		
	親友家庭(C)	24.95	7.84	總和	52412.12	935			
	住在家裡(D)	23.74	7.30						

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

### 三、不同社團的學生，其休閒態度與休閒輔導需求之變異數分析：

由表4-12可知，不同社團學生在休閒態度與休閒輔導需求的各層面，均沒有顯著差異。

表4-12 不同社團的學生其休閒態度與休閒輔導需求之變異數分析

變異數分析									
層面	變項	平均數	標準差	變異數來源	離均差平方和	自由度	均方	F 值	事後比較
認知層面	體育性	19.92	3.49	組間	96.10	7	13.73	1.38	-
	藝術性	19.66	2.88	組內	9231.51	928	9.95		
	音樂性	20.31	2.63	總和	9327.61	935			
	舞蹈性	19.80	2.96						
	文學性	20.01	3.03						
	休閒技藝性	19.89	3.21						
	成長性	18.67	3.25						
	服務性	20.49	2.98						
情意層面	體育性	11.12	3.90	組間	105.72	7	15.10	1.16	-
	藝術性	11.46	3.53	組內	12094.93	928	13.03		
	音樂性	10.55	3.57	總和	12200.65	935			
	舞蹈性	11.33	2.99						
	文學性	10.98	3.43						
	休閒技藝性	11.39	3.68						
	成長性	10.14	3.77						
	服務性	11.59	3.30						
行為層面	體育性	11.06	2.69	組間	52.73	7	7.53	1.05	-
	藝術性	11.04	2.38	組內	6663.42	928	7.18		
	音樂性	11.17	2.66	總和	6716.15	935			
	舞蹈性	10.45	2.22						
	文學性	10.53	2.77						
	休閒技藝性	10.79	2.66						
	成長性	10.78	3.25						
	服務性	10.47	2.86						

待續

變異數分析									
層面	變項	平均數	標準差	變異數來源	離均差平方和	自由度	均方	F 值	事後比較
意義與功能需求	體育性	11.98	4.35	組間	60.93	7	8.70	0.57	-
	藝術性	12.14	3.96	組內	14153.07	928	15.25		
	音樂性	11.69	3.66	總和	14214.00	935			
	舞蹈性	11.70	3.71						
	文學性	11.76	3.95						
	休閒技藝性	11.56	3.66						
	成長性	10.94	3.20						
	服務性	12.09	4.17						
內涵與資源需求	體育性	9.05	3.37	組間	54.85	7	7.84	0.84	-
	藝術性	10.07	2.90	組內	8672.19	928	9.35		
	音樂性	9.23	3.39	總和	8727.04	935			
	舞蹈性	9.05	2.92						
	文學性	9.33	3.07						
	休閒技藝性	9.15	2.87						
	成長性	8.92	2.61						
	服務性	9.10	2.91						
能力與技巧需求	體育性	9.42	2.70	組間	58.83	7	8.40	1.34	-
	藝術性	9.86	2.49	組內	5837.82	928	6.29		
	音樂性	9.31	2.30	總和	5896.65	935			
	舞蹈性	9.64	2.16						
	文學性	9.55	2.50						
	休閒技藝性	9.68	2.55						
	成長性	8.64	2.64						
	服務性	9.94	2.20						
自我探索需求	體育性	23.85	8.50	組間	239.19	7	34.17	0.61	-
	藝術性	24.48	7.60	組內	52172.92	928	56.22		
	音樂性	23.74	7.53	總和	52412.12	935			
	舞蹈性	23.50	7.04						
	文學性	24.77	7.79						
	休閒技藝性	23.52	6.91						
	成長性	23.83	5.99						
	服務性	24.90	7.23						

#### 四、每週不同參與休閒活動的時間，其休閒態度與休閒輔導需求之變異數分析：

由表4-13可知，在認知層面，每週參與休閒活動時間四至五小時的學生(20.27)在休閒態度方面的認知程度高於每週參與五小時以上的學生(20.16)；每週參與五小時以上的學生高於每週參與二至三小時的學生(19.55)；每週參與二至三小時的學生高於每週參與三至四小時的學生(19.96)；每週參與三至四小時的學生又高於每週參與一至二小時的學生(19.70)，經單因子變異數分析的結果，未達到顯著水準。由此可知學生在休閒態度方面，其認知程度不因每週參與休閒活動時間的不同而有差異。

在情意層面，每週參與二至三小時的學生(11.67)在休閒態度方面的情意高於每週參與一至二小時的學生(11.36)；每週參與一至二小時的學生高於每週參與三至四小時的學生(11.03)；每週參與三至四小時的學生高於每週參與四至五小時的學生(11.02)；每週參與四至五小時的學生又高於每週參與五小時以上的學生(10.10)，經單因子變異數分析的結果，達到極顯著水準( $F=4.74, p<.001$ )進一步以薛費事後比較法分析，發現每週參與一至二小時的學生和每週參與二至三小時的學生在休閒態度方面的情意層面顯著高於每週參與五小時以上的學生。

在行為層面，每週參與五小時以上的學生(11.89)在休閒態度方面的行為高於每週參與四至五小時的學生(11.02)；每週參與四至五小時的學生高於每週參與二至三小時的學生(10.90)；每週參與二至三小時的學生高於每週參與三至四小時的學生(10.81)；每週參與三至四小時的學生又高於每週參與一至二小時的學生(10.25)，經單因

子變異數分析的結果，達到極顯著水準 ( $F=10.46, p<.001$ ) 進一步以薛費事後比較法分析，發現每週參與五小時以上的學生在休閒態度方面的行為層面顯著高於每週參與一至二小時、二至三小時、三至四小時的學生。

在意義與功能需求層面，每週參與四至五小時的學生 (12.37) 在休閒輔導需求方面的意義與功能需求高於每週參與二至三小時的學生 (12.35)；每週參與二至三小時的學生高於每週參與一至二小時的學生 (11.79)；每週參與三至四小時的學生與每週參與一至二小時的學生相同 (11.79)，兩者又高於每週參與五小時以上的學生 (10.39)，經單因子變異數分析的結果，達到極顯著水準 ( $F=6.42, p<.001$ ) 進一步以薛費事後比較法分析，發現每週參與一至二小時、二至三小時、三至四小時的學生在休閒輔導需求方面的意義與功能需求顯著高於每週參與五小時以上的學生。

在內涵與資源需求層面，每週參與二至三小時的學生 (9.63) 在休閒輔導需求方面的內涵與資源需求高於每週參與四至五小時的學生 (9.58)；每週參與四至五小時的學生高於每週參與三至四小時的學生 (9.44)；每週參與三至四小時的學生高於每週參與一至二小時的學生 (9.10)，每週參與一至二小時的學生高於每週參與五小時以上的學生 (8.37)，經單因子變異數分析的結果，達到極顯著水準 ( $F=4.47, p<.001$ ) 進一步以薛費事後比較法分析，發現每週參與二至三小時的學生在休閒輔導需求方面的內涵與資源需求顯著高於每週參與五小時以上的學生。

在能力與技巧需求層面，每週參與二至三小時的學生 (9.83) 在休閒輔導需求方面的能力與技巧需求高於每週參與一至二小時的學

生 (9.70)；每週參與一至二小時的學生高於每週參與四至五小時的學生 (9.63)；每週參與四至五小時的學生高於每週參與三至四小時的學生 (9.44)；每週參與三至四小時的學生又高於每週參與五小時以上的學生 (8.82)，經單因子變異數分析的結果，達到顯著水準 ( $F=4.21, p<.01$ ) 進一步以薛費事後比較法分析，發現每週參與一至二小時、二至三小時的學生在休閒輔導需求方面的能力與技巧需求顯著高於每週參與五小時以上的學生。

在自我探索層面，每週參與二至三小時的學生 (25.19) 在休閒輔導需求方面的自我探索需求高於每週參與休閒活動時間一至二小時的學生 (24.30)；每週參與一至二小時的學生高於每週參與三至四小時的學生 (24.05)；每週參與三至四小時的學生高於每週參與四至五小時的學生 (23.97)；每週參與四至五小時的學生又高於每週參與五小時以上的學生 (21.06)，經單因子變異數分析的結果，達到極顯著水準 ( $F=7.47, p<.001$ ) 進一步以薛費事後比較法分析，發現每週參與一至二小時、二至三小時、三至四小時的學生在休閒輔導需求方面的自我探索需求顯著高於每週參與五小時以上的學生。

表4-13 每週不同參與休閒活動的時間其休閒態度與休閒輔導需求之變異數分析

變異數分析									
層面	變項	平均數	標準差	變異數來源	離均差平方和	自由度	均方	F 值	事後比較
認知層面	一至二小時(A)	19.70	3.34	組間	35.75	4	8.94	0.90	-
	二至三小時(B)	20.01	3.09	組內	9291.87	931	9.98		
	三至四小時(C)	19.96	3.26	總和	9327.61	935			
	四至五小時(D)	20.27	3.04						
	五小時以上(E)	20.16	2.73						
情意層面	一至二小時(A)	11.36	3.73	組間	243.54	4	60.89	4.74***	A>E B>E
	二至三小時(B)	11.67	3.43	組內	11957.11	931	12.84		
	三至四小時(C)	11.03	3.47	總和	12200.65	935			
	四至五小時(D)	11.02	3.46						
	五小時以上(E)	10.10	3.60						
行為層面	一至二小時(A)	10.25	2.80	組間	288.93	4	72.23	10.46***	E>A E>B E>C
	二至三小時(B)	10.90	2.58	組內	6427.22	931	6.90		
	三至四小時(C)	10.81	2.50	總和	6716.15	935			
	四至五小時(D)	11.10	1.91						
	五小時以上(E)	11.89	2.63						
意義與功能需求	一至二小時(A)	11.79	4.03	組間	381.8146	4	95.45	6.42***	A>E B>E C>E
	二至三小時(B)	12.35	3.54	組內	13832.18	931	14.86		
	三至四小時(C)	11.79	3.72	總和	14214	935			
	四至五小時(D)	12.37	3.64						
	五小時以上(E)	10.39	4.10						
內涵與資源需求	一至二小時(A)	9.10	3.10	組間	164.3515	4	41.09	4.47***	B>E
	二至三小時(B)	9.63	2.85	組內	8562.687	931	9.20		
	三至四小時(C)	9.44	3.02	總和	8727.038	935			
	四至五小時(D)	9.58	2.88						
	五小時以上(E)	8.37	3.22						
能力與技巧需求	一至二小時(A)	9.70	2.52	組間	104.6737	4	26.17	4.21**	A>E B>E
	二至三小時(B)	9.83	2.48	組內	5791.976	931	6.22		
	三至四小時(C)	9.49	2.40	總和	5896.65	935			
	四至五小時(D)	9.63	2.54						
	五小時以上(E)	8.82	2.52						
自我探索需求	一至二小時(A)	24.30	7.64	組間	1630.806	4	407.70	7.47***	A>E B>E C>E
	二至三小時(B)	25.19	7.00	組內	50781.31	931	54.54		
	三至四小時(C)	24.05	6.91	總和	52412.12	935			
	四至五小時(D)	23.97	6.76						
	五小時以上(E)	21.06	8.00						

p<.05\*    p<.01\*\*    p<.001\*\*\*

## 第六節 休閒態度與休閒輔導需求之相關分析

為瞭解學生的休閒態度與休閒輔導需求二者之間，在各層面與整體上的相關情形，本研究採用皮爾遜積差相關進行分析，結果如表4-14所示。

由表4-14的統計資料得知，國立水里商工學生對於：（1）休閒態度之認知層面與其他層面呈現正相關（ $p < .001$ ）。其中又與能力與技巧需求之相關最高（ $r = .489$ ， $p < .001$ ）；（2）休閒態度之情意層面與其他層面呈現正相關（ $p < .001$ ）。其中又與能力與技巧需求之相關最高（ $r = .856$ ， $p < .001$ ）；（3）休閒態度之行為層面除與自我探索層面呈現負相關以外與其他層面皆呈現正相關（ $p < .001$ ）；其中又與認知之相關最高（ $r = .404$ ， $p < .001$ ）；（4）休閒輔導需求之意義與功能需求層面與其他層面呈現正相關（ $p < .001$ ）。其中又與自我探索需求之相關最高（ $r = .827$ ， $p < .001$ ）；（5）休閒輔導需求之內涵與資源需求層面與其他層面呈現正相關（ $p < .001$ ）。其中又與意義與功能需求之相關最高（ $r = .761$ ， $p < .001$ ）；（6）休閒輔導需求之能力與技巧需求層面與其他層面呈現正相關（ $p < .001$ ）。其中又與情意之相關最高（ $r = .856$ ， $p < .001$ ）；（5）休閒輔導需求之自我探索需求層面除與行為呈現負相關以外與其他層面皆呈現正相關（ $p < .001$ ）。其中又與意義與功能需求之相關最高（ $r = .827$ ， $p < .001$ ）；由此可知，休閒態度與休閒輔導需求二者之間除自我探索與行為外呈現負相關以外，其餘皆有密切的相關存在。

表4-14 休閒態度與休閒輔導需求之相關分析

項目 相關係數	認 知	情 感	行 為	意義與功 能 需 求	內涵與資 源 需 求	能力與技 巧 需 求	自我探索 需 求
認 知	1.000	0.305**	0.404**	0.308**	0.293**	0.489**	0.260**
情 意	0.305**	1.000	0.224**	0.262**	0.218**	0.856**	0.267**
行 為	0.404**	0.224**	1.000	0.099**	0.126**	0.214**	0.021
意義與功能 需 求	0.308**	0.262**	0.099**	1.000	0.761**	0.259**	0.827**
內涵與資源 需 求	0.293**	0.218**	0.126**	0.761**	1.000	0.253**	0.753**
能力與技巧 需 求	0.489**	0.856**	0.214**	0.259**	0.253**	1.000	0.275**
自 我 探 索 需 求	0.260**	0.267**	0.021	0.827**	0.753**	0.275**	1.000

p<.001\*\*\*

## 第七節 訪談結果

本研究以半結構式的訪談方式，對任職於國立水里商工的兩位輔導教師進行相關休閒輔導問題之訪談，以瞭解輔導教師對於休閒輔導在輔導課程中扮演的角色、協助學生充實休閒知能及消弭青少年行為問題等方面的觀感。訪談的問題主要分成五點，包括有造成現在青少年偏差行為越來越多的原因、實施休閒輔導是否具備重要性、輔導課需不需要教授休閒輔導方面的知識、如何設計您的休閒輔導授課內容、對休閒輔導方面有何輔導策略和建議等。本研究訪談的結果，詳見附錄 D、E，本節茲將各問題，依紮根法資料登錄三步驟（開放登錄、成軸登錄、選擇登錄）將兩位輔導教師的觀感作以下的析述：

## 一、您覺得造成現在青少年偏差行為越來越多的原因是什麼？

針對此一問題，輔導教師 A 認為現代的青少年有許多不知道自己生命的方向與生活的目標，因為大環境下許多東西都有了，造成不知努力與奮鬥的目標。會造成偏差行為的原因就是青少年物質太不缺乏所致。輔導教師 B 則認為造成青少年偏差行為的原因可以由家庭、社區、學校、社會說起：(一) 家庭：家庭結構的改變，單親中隔代教養問題、雙親忙於工作等是原因之一；(二) 社區：眷村結構也容易造成偏差行為，因為父親疏於管教，容易受到同伴及環境的影響；(三) 學校：老師缺乏教學知能、情緒管理不佳或人格特質較具權威，學生較不易與之親近，對學校的印象趨向負面，在學校中受到師生人際關係的挫折、同儕人際挫折都是造成偏差行為的來源；(四) 社會：社會價值觀的改變，網路的流行、資訊的通暢，青少年取得資訊的管道很多，但未必適合他們，另外網咖、撞球間的盛行也是青少年偏差行為容易發生的場所，再加上媒體報導負面的新聞，造成青少年誤導與認知上的差異，亦是造成偏差行為的原因之一。

## 二、您覺得實施休閒輔導是否具備重要性？

針對此一問題，輔導教師 A 認為可以做，但不是解決青少年問題最重要的方式，只是治標不治本而已，應當從很多方面著手，不應單從休閒輔導角度談論。輔導教師 B 則認為休閒輔導具備重要性，因為青少年心智成熟度不夠，沒有適當的休閒娛樂青少年容易變成商人的賺錢工具，因此休閒輔導有其重要性，可協助青少年體認現在的角色與責任。

### 三、您覺得輔導課需不需要教授休閒輔導方面的知識？

針對此一問題，輔導教師 A 認為不需要，如果是休閒方面的事可以去談但不要佔太多的篇幅，大約花一、二堂課的時間就夠了，情意方面談休閒的感受方面可以多安排多些，認知層面不要超過二節。輔導教師 B 則認為需要主動幫小孩子蒐集相關休閒資訊，但是不應完全由輔導室提供，也可由圖書館、訓育組提供正當的休閒活動訊息。

### 四、您會如何設計您的休閒輔導授課內容？

針對此一問題，輔導教師 A 認為可利用團體討論、資源共享的方式進行，帶孩子上網、剪報、討論雜誌，透過互動的方式，幫助學生成長。輔導教師 A 認為休閒輔導是一種休閒教育，著重的應該是提供一個情境讓學生從情境中吸收獲得，知識的傳授並非是最重要的，心靈的體會原比知識來的重要。輔導教師 B 對休閒輔導授課內容的設計認為可以結合到生涯輔導裡面去作自我探索、興趣探索、自我認知，反觀人與人，人與環境的關係，這三個主題上去設計課程內容。未來將會針對一、二、三年級不同階段設計課程。

### 五、您對休閒輔導方面有何輔導策略和建議？

針對此一問題，輔導教師 A 的建議是可以結合生涯輔導，另一方面休閒輔導人力的投注應該是一個團體而非個人的力量，再者每個學校應根據所在地區的民情風俗習慣下去設計適合自己學校的方式。輔導教師 B 的建議是應該從一年級就開始實施休閒輔導的教育，而一年級課程的設計，可以從興趣探索開始。

綜合上述訪談的結果，再根據訪談發現，由於休閒輔導是新興的主題，因此輔導教師對於休閒輔導仍然有許多存疑與未知之處，綜合兩位輔導教師的看法，休閒輔導可以結合至生涯輔導部分一起實施與探索，同時兩位輔導教師皆認為不應只是輔導室投注心力，學校其他的單位如訓育組、生活輔導組、圖書館等也需配合共同實施，提供學生相關休閒活動訊息。

## 第五章 結論與建議

本研究的主要目的在瞭解國立水里商工學生的休閒生活現況、休閒態度及休閒輔導的需求，在休閒生活現況部分，主要在探討影響休閒生活現況的參與動機、阻礙因素、社團收穫等因素，及調查課後從事的活動及最想參與的活動等。在休閒態度與休閒輔導需求方面，除了看二者的平均數、標準差外，並探討此二者的相關性、及其在各變項間的差異性，藉以提出建議事項，作為擬訂具體的策略幫助國立水里商工學生具備正確休閒知能之參考。為達到此目的，在文獻探討後，一、採用問卷調查法，係自編之問卷，對就讀於國立水里商工的學生進行全校性調查，調查所得之資料經統計分析而獲致各項結果；二、採用訪談方式，對任職於國立水里商工的二位輔導教師進行訪談記錄，以瞭解專業輔導教師對於學生休閒生活及休閒輔導的看法。本章將簡潔扼要說明本研究之發現，從而歸納出結論，再據以擬訂具體的策略幫助國立水里商工學生具備正確休閒知能。

### 第一節 結 論

#### 一、休閒生活現況方面

##### (一) 參與休閒活動的動機

- 1.全體：國立水里商工的學生參與休閒活動的動機，主要為讓心情愉快、舒解壓力、促進身體健康、消磨時間、增進體能。
- 2.性別：國立水里商工男、女學生參與休閒活動的動機，依選填次數多寡前五項比較，相同為讓心情愉快、舒解壓力、促進身體健

康、消磨時間。

- 3.年級：國立水里商工各年級學生參與休閒活動的動機，依選填次數多寡前五項比較，相同為讓心情愉快、舒解壓力、促進身體健康、消磨時間。
- 4.住宿：國立水里商工學生不同住宿方式參與休閒活動的動機，依選填次數多寡前五項比較，相同為讓心情愉快、促進身體健康、舒解壓力、消磨時間。
- 5.每週參與休閒運動的時間：國立水里商工每週不同參與休閒活動時間的學生參與休閒活動的動機，依選填次數多寡前五項比較，相同為讓心情愉快、舒解壓力、促進身體健康。

## (二) 影響參加休閒活動的原因

- 1.全體：影響國立水里商工的學生參加休閒活動的原因，主要是時間不足、沒有友伴、沒有興趣、懶得動、課業繁重。
- 2.性別：國立水里商工男、女學生在影響您無法（或不想）參加休閒活動的原因，依選填次數多寡前五項比較，相同為時間不足、沒有友伴、沒有興趣、課業繁重。
- 3.年級：國立水里商工各年級學生在影響您無法（或不想）參加休閒活動的原因，依選填次數多寡前五項比較，相同為時間不足、沒有興趣、沒有友伴、懶得動、課業繁重。
- 4.住宿：國立水里商工不同住宿方式的學生在影響您無法（或不想）參加休閒活動的原因，依選填次數多寡前五項比較，相同為時間不足、沒有友伴、沒有興趣。
- 5.每週參與休閒活動的時間：國立水里商工每週不同參與休閒活動的時間的學生影響其參與休閒活動的原因，依選填次數多寡前五

項比較，相同為時間不足、沒有友伴、課業繁重。

### (三) 心情不好時，常做的休閒活動

- 1.全體：國立水里商工的學生心情不好時，常做的休閒活動，主要是聽音樂、找朋友聊天、唱歌、運動、逛街。
- 2.性別：國立水里商工男、女學生在當您心情不好時，常做的休閒活動前幾項相同為聽音樂、找朋友聊天、唱歌、逛街。
- 3.年級：國立水里商工各年級學生在當您心情不好時，常做的休閒活動，前幾項相同為聽音樂、找朋友聊天、運動、唱歌、逛街。
- 4.住宿：國立水里商工不同住宿方式的學生在當您心情不好時，常做的休閒活動方面依選填次數多寡前五項比較，相同為聽音樂、找朋友聊天、唱歌、逛街。
- 5.每週參與休閒活動的時間：國立水里商工每週不同參與休閒活動的時間的學生心情不好時，常做的休閒活動，前幾項相同為聽音樂、找朋友聊天、唱歌、逛街。

### (四) 參加學校社團活動的收穫

- 1.全體：國立水里商工的學生認為參加學校社團活動的收穫，主要有認識新朋友、培養興趣、舒解工作或學業壓力、培養第二技能、促進身體健康。
- 2.性別：國立水里商工男、女學生在參加學校社團獲得的收穫方面，依選填次數多寡前五項比較，相同為認識新朋友、培養興趣、舒解工作或學業壓力培養第二技能。
- 3.年級：國立水里商工各年級學生參加學校社團活動獲得的收穫，依選填次數多寡前五項比較，相同為認識新朋友、培養興趣、舒解工作或學業壓力、培養第二技能。

4.住宿：國立水里商工不同住宿方式的學生參加學校社團活動獲得的收穫，依選填次數多寡前五項比較，相同為相同為培養興趣、認識新朋友、培養第二技能。

5.每週參與休閒活動的時間：國立水里商工每週不同參與休閒活動時間的學生參加學校社團獲得的收穫方面，依選填次數多寡前五項比較，相同為認識新朋友、培養興趣、舒解工作或學業壓力、培養第二技能。

#### (五) 學校提供的休閒活動服務

1.全體：國立水里商工的學生認為學校提供的休閒活動服務，主要為休閒活動場地的開放、休閒書籍（雜誌）、沒有提供、教導休閒活動知識、休閒活動技巧的指導。

2.性別：國立水里商工男、女學生認為學校所提供的休閒活動的服務方面，依選填次數多寡前五項比較，相同為休閒活動場地的開放、沒有提供、休閒的書籍（雜誌）、教導休閒活動的知識、休閒活動技巧的指導。

3.年級：國立水里商工各年級學生覺得學校提供的休閒服務，依選填次數多寡前五項比較，相同為休閒活動場地的開放、休閒的書籍（雜誌）、教導休閒活動的知識、沒有提供。

4.住宿：國立水里商工不同住宿方式學生覺得學校提供的休閒服務，依選填次數多寡前五項比較，相同為休閒活動場地的開放、沒有提供、休閒的書籍（雜誌）、休閒活動技巧的指導。

5.每週參與休閒活動的時間：國立水里商工每週不同參與休閒活動時間的學生認為學校所提供的休閒活動的服務方面，依選填次數多寡前五項比較，相同為休閒活動場地的開放、休閒的書籍（雜

誌)、沒有提供、教導休閒活動的知識、休閒活動技巧的指導。

#### (六) 課後最常從事的休閒活動

國立水里商工的學生課後最常從事的休閒活動前五項依序為聽音樂高達433人、球類活動379人(以打籃球居多)、看電視174人、聊天159人、看書154人。這樣的研究結果與葉卉軒(民90)的報導「成功高中學生的生活形態」、青輔會「青少年白皮書」(民86)、何世仁(民90)「臺南市青少年的休閒生活」調查的結果不同,原因可能在於國立水里商工地處偏僻,住宿學生接近總人數二分之一有關,所以學生課後最常接觸的休閒活動與其他研究有點出入,以聽音樂居高,運動次之。

#### (七) 最想參與的休閒活動

國立水里商工的學生最想參與的休閒活動前十項依序為籃球、西式點心、撞球、羽球、電影、流行音樂、熱門音樂、熱門舞蹈、電腦遊戲、網路連線電玩對抗。最想參加的休閒活動類型前五項依序為球類活動、戶外活動、飲食類、視聽類、益智類。造成西式點心及飲食類成為學生最想參與的休閒活動,原因為國立水里商工設有餐飲管理科,該科亦是該校主要發展重點項目,難怪乎學生會有如此的選擇。另外,電腦遊戲、網路連線電玩列為最想參與的休閒活動正切合葉卉軒(民90)的報導,受電子資訊化的影響,網咖儼然成為同學們的新寵。

## 二、休閒態度與休閒輔導需求之分析

### (一) 就休閒態度各層面而言

國立水里商工學生在「認知層面」各項目中，以「休閒活動具有放鬆的作用，並且能再生活力」的得分最高，以「體育課可以培養建立終生運動習慣」得分最低；在「情意層面」各項目中，以「學校休閒場地很足夠」得分最高，以「學校提供給我足夠的休閒資訊」得分最低；在「行為層面」各項目中，以「知道自己的休閒活動需求所在」得分最高，以「知道如何規劃與利用週休二日的假期」得分最低。

### (四) 就休閒輔導需求各層面而言

國立水里商工學生在「意義與功能需求」各項目中，以「瞭解休閒生活的重要性」需求最高，以「瞭解休閒的涵義」需求最低；在「內涵與資源的需求」各項目中，以「瞭解休閒活動的資源有哪些」需求最高，以「瞭解休閒活動包含的種類」需求最低；在「能力與技巧的需求」各項目中，以「瞭解各方面休閒活動的基本技巧」需求最高，以「瞭解自己具有哪些休閒知識的能力」需求最低；在「自我探索需求」各項目中，以「學習休閒活動中的人際互動方式」需求最高，以「瞭解正當與非正當休閒活動」需求最低。

### (三) 就整體休閒態度和休閒輔導需求而言

整體休閒態度的平均分數為 41.90，整體休閒輔導需求的平均分數為 54.47，由此可知國立水里商工整體而言，學生們在休閒態度方面可以再增強，在休閒輔導需求方面表示有其需求度，因此需要藉由休閒輔導提供幫助。

### 三、不同背景變項在休閒態度、休閒輔導需求的情形

#### (一) 不同性別

1. 休閒態度方面，男生在認知的得分顯著高於女生；但在情意上則顯著低於女性。而在行為上，男、女學生則無顯著差異。
2. 休閒輔導需求方面，男生在意義與功能需求、內涵與資源需求、能力與技巧需求、自我探索需求均顯著低於女生。

#### (二) 不同年級的學生

1. 休閒態度方面，在認知與情意層面有顯著差異存在。
2. 休閒輔導需求方面，在意義與功能需求、能力與技巧需求層面有顯著差異存在。

#### (三) 不同住宿的學生

1. 休閒態度方面，在情意層面有顯著差異存在。
2. 休閒輔導需求方面，在意義與功能需求、能力與技巧需求、自我探索層面有顯著差異存在。

#### (四) 不同社團的學生

不同社團學生在休閒態度與休閒輔導需求的各層面，均無顯著差異存在。

#### (五) 每週不同參與休閒活動的時間

1. 休閒態度方面，在情意與行為層面中有顯著差異存在。
2. 休閒輔導需求方面，在各層面上均有顯著差異存在。

### 四、休閒態度與休閒輔導需求之相關分析

國立水里商工學生對於休閒態度與休閒輔導需求各層面之間除自我探索需求與行為層面呈現負相關以外，其餘均呈現正相關

( $p < .001$ )。就個別相關方面：(1) 休閒態度「認知層面」與「能力與技巧需求」之相關最高；(2) 休閒態度「情意層面」與「能力與技巧需求」之相關最高；(3) 休閒態度「行為層面」與「自我探索層面」呈現負相關，與「認知層面」之相關最高；(4) 休閒輔導需求「意義與功能需求」層面與「自我探索需求」之相關最高；(5) 休閒輔導需求「內涵與資源需求」層面與「意義與功能需求」之相關最高；(6) 休閒輔導需求「能力與技巧需求」層面與「情意層面」之相關最高；(5) 休閒輔導需求「自我探索需求」層面與「行為層面」呈現負相關，與「意義與功能需求」之相關最高；由上可知，休閒態度與休閒輔導需求二者之間除自我探索與行為外呈現負相關以外，其餘皆有密切的相關存在。

## 第二節 建議

### 一、休閒輔導策略之建議

根據上述之結論、文獻探討及研究者個人之淺見，提出發展國立水里商工休閒輔導之具體建議，以供參考。

#### (一) 學校應協助規劃學生休閒活動的時間，妥善安排休閒生活

根據本研究發現，學生每週參與休閒活動的時間以一至二小時多，反應出學生對於課後休閒活動的安排能力不足。因此，學校應提供相關資訊妥善安排學生休閒生活。

#### (二) 學校對於休閒教育及休閒輔導之課程應加強實施，培養學生休閒知能

本研究發現，學生無法參與休閒活動的原因為時間不足、沒有友伴、沒有興趣、懶得動、課業繁重，由此可見在升學壓力的環境下，學校缺乏對學生休閒教育之輔導，導致學生參與休閒活動的時間不足、學生本身亦因對於休閒方面相關知能缺乏，因而對休閒活動沒有興趣和懶得動。

### (三) 加強休閒活動服務之提供，營造良好休閒活動環境

由本研究發現，學生認為學校沒有提供休閒服務的同學為數眾多，可見學校方面未能充分傳達學生學校有哪些資源可供利用與活動，一方面應於輔導課、體育課及聯課活動協同加強宣傳；另一方面加強充實休閒設備以營造良好的休閒環境。

### (四) 男女生宿舍的休閒生活，宜協助安排及規劃休閒活動並增闢設備

根據本研究發現，國立水里商工住宿生有三分之一認為學校沒有提供休閒服務，學校四點三十五分下課後一直到七點晚自習的這一段時間，是學生從事休閒活動的主要時間，因此擬建議協助學生利用時間規劃自己的休閒活動，並可於某些時段安排電影欣賞、藝能科活動、舉辦慶生會等；在宿舍的硬體設備上可以加強規劃休閒空間，如設計閱讀區放置書報雜誌，設計閒逸區放置跳棋、象棋等，設計活動區放置桌球桌、撞球桌等，並鼓勵住宿學生多加利用學校場地設備及資源，以從事休閒活動。

#### (五) 學校宜加強休閒輔導工作，滿足學生的需求

本研究發現，男、女學生在休閒輔導需求方面，女生比起男生在休閒輔導需求各層面上有較大的需求，除了對於休閒的資源與資訊不足外，更需要有人能提供學習從事各類休閒活動的技巧並從休閒活動中學習自我瞭解與人際互動的溝通方式中。鑑於此點，學校的輔導課程，應將休閒輔導納入課程設計，豐富學生休閒相關知識與能力，享受休閒生活。

(六) 實施休閒輔導策略之可行方法根據本研究訪談的結果，可行方式為：一可在課程進度設計上與生涯輔導結合，做自我探索、興趣探索、自我認知及分析人格特質，二是藉由小團體的方式，做自我探索使休閒功能輔導結合心理治療、情緒控制、生涯探索與自我認知。三是結合訓育組、體育組、圖書館等資源力量共同提供休閒服務。

#### (七) 落實藝能科、社團活動的教學，提升休閒技能與興趣

舉凡體育、音樂、工藝、美術、家政等藝能科科目和社團活動，是培養學生具備該科（項）相關技能的重要教學，亦是養成學生日後休閒技巧的重要途徑。有鑑於此，在藝能科及社團活動的教學上應注重品質不流於形式或口頭講述，教師應事先準備好教材，設計教學內容，藉由實作以引導、啟發學生的興趣，同時注重學生興趣的培養而非挑戰技術純熟程度。並藉由樂趣的教學，培養學生的休閒興趣，增進日後休閒活動技能，儲備休閒生活能力。另外根據研究發現，國立水里商工的學生還是有將近 152 人認為學校社團活

動無聊、沒有收穫，因此社團活動在經費許可之下，應禮聘學有專精及具備相關才能的老師或人士擔任，以教導學生休閒相關知能、提高參與興趣。

#### (八) 增加輔導室員額編制，鼓勵輔導、藝能科教師參與研習與進修

研究發現，目前國立水里商工輔導室，因第一學期末輔導主任轉調的關係，只剩一位輔導教師及義工教師們負起所有輔導相關工作，業務繁雜，因此在休閒服務及休閒輔導方面並未詳加設計及規劃與提供相關資訊，使得學生在認知、人際關係及自我瞭解等的需求無法獲得滿足。休閒輔導屬於休閒教育與輔導之一環，與我們的生活密切相關，除了輔導教師須具備相關知能外，仍需借助其他藝能科的輔助才能提昇學生休閒活動技巧與能力，提高生活品質。因此輔導教師、藝能科教師若能多參與相關研習與專業知(技)能進修，除了本身專業能力的成長外，在教學與提供學生意見上將更能發揮功效，助益學生。

#### (九) 政府應加強休閒輔導教育，培養休閒指導人才，增建休閒活動設施

隨著週休二日的實施，高中(職)學生閒暇的時間增長，施以休閒輔導教育將有助於學生學習規劃自己的空餘時間，從事正當休閒娛樂，免於沈溺不良場所，造成社會問題也增加社會負擔。另外根據本研究發現，學生不想參加休閒活動的原因除了時間不足，沒有友伴、沒有興趣、懶得動、課業繁重外，設備不足(或欠佳)、場地不足(或欠佳)亦是佔了相當高的比例，有鑑於此，政府若能

積極培養休閒活動指導人才、增設場地設施，將有助於提高學生參與興趣、增進技能。

## 二、進一步研究探討之建議

本研究僅以國立水里商工為施測對象，基於人力與時間的限制下，對於欲探測之問題未能臻於完善仍有許多缺失與未盡理想之處，在此研究者加以檢討並建議，以供未來研究之參考。

- (一) 本研究樣本僅限於國立水里商工，因此無法推估於其他縣市學校，因此，建議未來的研究能擴大研究範圍。
- (二) 本研究自變項部份僅採用性別、年級、住宿、社團、每週參與休閒活動的時間，其他如家庭社經地位、居住環境變項、花費的金錢均不包含在內，因此，建議未來的研究能將其考量在內。
- (三) 本研究僅探討高職學生的休閒活動與休閒輔導需求，其他人生各階段與年齡層，亦是值的探討的對象，若能將人生不同時期做一系統的整合，將有助於休閒資源的提供與即早訂定相關措施與策略，提高生活品質、豐富生命。
- (四) 本研究主要為問卷調查研究，在所蒐集的資料上未如深度訪談學生與實地觀察法來的正確與可靠，因此，建議未來研究可以加入訪談學生與實地觀察。
- (五) 本研究探討的主題有限，其他影響休閒活動的因素眾多如阻礙因素、休閒利益、休閒教育等，因此，建議未來的研究可以參酌加入，以期更瞭解影響休閒活動因素，從而提出解決之道。
- (六) 本研究的休閒輔導屬於休閒內涵輔導取向，偏重於引導及啟發學生覺知、體會或感受休閒的內容、休閒的資源、休閒技巧的

發展、休閒型態等，建議未來研究可以朝休閒功能輔導取向發展將心理治療與諮商加以運用在內。

休閒輔導（諮商）是近年來休閒研究的一個新的發展方向，除了重視休閒內涵的宣導以外，更希望也能藉由輔導與治療配合，消除心理與精神方面的壓力、導正不良行為，發揮休閒功能輔導。研究者也希望休閒領域、輔導領域、醫療領域、其他領域的研究人士一同合作與整合，使理論與實際結合，做一功能性的治療、前瞻性的預防，完整性之建議消弭偏差與不安，提高休閒生活品質，促進社會和諧。