

從現今普遍存在的青少年休閒生活現象，如 MTV、KTV、嗑藥、飆車、網咖等，我們就可得知學校休閒活動的確存在許許多多的阻礙因素，因此，如何滿足學生的期望喜好，強化學生的休閒認知，並在休閒活動的推展上留意現況需求，以降低阻礙的層面，如此，才能真正享受到休閒活動效益。

第三章 研究方法與設計

本研究根據旨在探討正心中學學生的個人背景變項對於休閒阻礙的影響，以及休閒活動時的阻礙因素與休閒活動現況；主要是以問卷調查方式來蒐集資料。

本章共分五節闡述，第一節為研究架構、第二節為研究對象及取樣方法、第三節為研究工具的編制、第四節為研究程序、第五節資料整理。

第一節 研究架構

本研究主要在探討正心中學學生參與休閒活動時所出現的阻礙因素與休閒活動之關係，以及學生休閒活動現況；其次，探討性別、年級、休閒花費、經費來源、休閒態度、休閒影響等背景變項對上述問題之影響。本研究的架構如圖 3-1 所示。

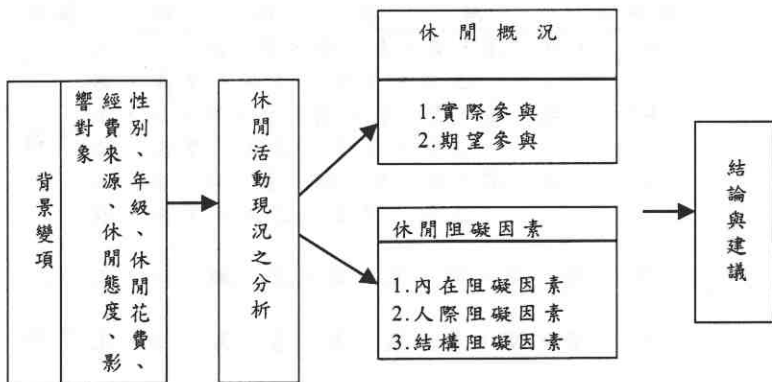


圖 3-1 研究架構圖

第二節 研究對象

本研究是以雲林縣私立正心中學的學生為研究的母群體，且研究對象是採分層隨機抽樣(stratified random sampling)來選取，其詳細研究步驟如下：

第一階段：分層隨機取樣階段

由於正心中學的學制屬於完全中學的性質，為兼顧研究取樣的代表性，本研究是以「學校年級」作為分層的標準，並且依抽樣原則抽取學生一定的人數，如表 3-1 所示。

表 3-1 抽樣分層一覽表

學制	班 級 名 稱	班級數
國中	正、心、誠、意、修、身、齊、家、治、 國、美甲、美乙、音甲、音乙	14
	正、心、誠、意、修、身、齊、家、治、 國、美甲、美乙、音甲、音乙	14
	正、心、誠、意、修、身、齊、家、治、 國、美甲、美乙、音甲、音乙	14
高中	正、心、誠、意、修、身、齊、家、音	9
	正、心、誠、意、修、身、齊、家、音	9
	正、心、誠、意、修、身、齊、家、音	9
總計	69 班 (每年級男女生各抽取一班)	

第二階段：分層隨機取樣階段

本研究問卷共發出 648 份，回收 648 份，問卷回收率為 100%，回收之問卷經整理、編碼後，逐筆輸入電腦，並剔除廢卷 48 份後，有效問卷 600 份，有效率為 93%。由此可知，本研究問卷之回收是在可接受的範圍內；樣本資料之情形如表 3-2 所示。

第三節 研究工具

本研究之目的在於探討正心中學的學生參與休閒活動時，

所出現的阻礙因素與休閒活動之關係，以及學生休閒活動的現況。本研究採問卷調查法，而其研究工具為自編之「正心中學休閒活動阻礙因素調查問卷表」（附錄一），內容大概可分成三部份，即一、個人基本資料，二、參與休閒活動阻礙因素量表，三、休閒活動現況量表等，茲將其編製過程，分述如下：

表 3-2 抽樣結果分配一覽表

學制	性別	抽樣班級	問卷人數	回收份數	有效問卷	百分比
國中 部	男	國一心	27	27	27	100
		國一身	27	27	23	85
		國二意	54	54	50	93
	生	國三誠	54	54	50	93
		國一心	27	27	24	89
		國一身	27	27	26	96
	女	國二齊	54	54	53	96
		國三家	54	54	50	93
		高一正	27	27	26	96
高中 部	男	高一誠	27	27	22	81
		高二誠	54	54	50	93
		高三心	54	54	53	98
	生	高一正	27	27	26	96
		高一誠	27	27	21	78
		高二誠	54	54	49	91
	女	高三齊	54	54	50	93
		總計	14	648	648	600

一、問卷編製

(一)個人基本資料

此部份最主要欲瞭解到受試者個人的背景資料，以分析受試樣本之學生的性質與分佈的情形。

- (1)性別：為了瞭解受試者男、女學生休閒活動之參與傾向。
- (2)就讀年級：分為國中一、二、三與高中一、二、三等六個年級。
- (3)平日休閒的花費：以學生過去一個月就學期間，對休閒活動所花費的金額共多少。花費金額平均額度大約分為4個部份分為不必花錢，500元以下，501-1000元之間，1001-2000元之間等。
- (4)休閒經費來源：學生開銷金錢的來源，分別來自父母、零用金、朋友、工讀生等四部份。
- (5)加強休閒活動的態度：分別針對學生對學校再加強休閒活動的看法以學業為重、應更多元、已經不錯、不需要再安排等，以瞭解學生的想法。
- (6)參與休閒影響人物：學生在參與休閒活動中影響其最深的人，以父母、同學、老師、偶像等為其影響人物。

(二)問卷第一部分：學生休閒活動阻礙因素

(1)設計目的

本量表主要是在瞭解正心中學學生休閒參與過程，所感受的阻礙原因。

(2) 量表編製過程

本量表係由研究者依據文獻探討並參酌陳藝文(民 89)之「休閒阻礙量表之建構」問卷與許建民(民 89)之「不同自尊學童知覺運動休閒阻礙量表」研究成果為修改的依據。由於有關於休閒阻礙的分類，各界學者的看法不一，連婷治(民 87)曾歸納研究指出：「阻礙可分維持久性或是暫時性、是個人阻礙或是社會阻礙、內在與外在因素及個人與情境因素」；為能確實反應學生對「休閒活動阻礙因素」的瞭解，特別於製卷過程，安排正心中學 10 位學生，以開放性的問答方式請同學填寫自己及同學中會導致休閒阻礙的因素，並同時徵詢數位專家學者、正心中學體育老師，最後再經指導教授討論後，將之發展成為預試的問卷。本問卷採取 Crowder 和 Godbey (1987)所提出之阻礙、偏好和參與三者間的關係，將其分類為個人、人際及結構等三種類型的阻礙，並依此五大類作為問卷編撰的依據；吳明隆(民 88)曾就編擬預試問卷量表的填答方式，表示以 4 點至六點量表最為多人採用，為避免談填答者無意見過多，修訂後刪除「無意見」一項，本量表阻礙程度評量依「完全沒影響」到「非常有影響」之間給予 1 到 4 分等不同程度之評價，總分越高者，表示該阻礙因素之程度越強。

(3) 量表內容

本份量表之休閒阻礙是以三個構面來涵蓋所有的阻礙因素，一共有 25 題，而其題目之分配如下：

A.個人性阻礙構面包括：第 1.2.3.4.5.6.7.8.9.10.11.12 題，共 12 題。

B.人際阻礙構面包括：第 13.14.15.16.17.18.19 題，共 7 題。

C.結構阻礙構面包括：第 20.21.22.23.24.25 題，共 6 題。

(4)量表填答及計分方式

計分方式採 Likert 式四點計分評量法，依序給一至四分，總分越高者表示阻礙程度越高，越低者表示阻礙程度越低。

(三)問卷第二部分：學生休閒活動現況

(1)設計目的

本量表主要是在瞭解正心中學學生參與休閒活動的現況與預期之興趣情形。

(2)量表編製過程

本量表係指正心中學學生平日參與休閒活動的頻率及類型。由於休閒總類繁多，每個學者的分類不盡相同，為了能確實反應學生對「休閒活動」的瞭解，特別於製卷過程中，安排正心中學 10 位學生，以開放性問答的方式，請同學填寫自己及同學目前經常參與的休閒活動，再綜合學者專家對休閒活動的分類，最後與指導教授討論後，將之發展成

為預試問卷。本量表採用主觀分類法將休閒活動類型區分為運動類、知識類、娛樂類、新潮類及閒意類等五大類，並依此五大類作為問卷編撰的依據。本量表並分成兩大類型，並依實際參與程度及期望參與之興趣程度的評量，各分別以依「不曾參加」到「經常參加」及「完全沒影響」到「非常有影響」之間來評價。

(3) 量表內容

本份量表之休閒阻礙是以五個構面來涵蓋所有休閒活動，共題，其題目分配如下：

A. 運動類休閒活動包括的題目有：第 1.2.3.4.5.6.7. 8 題，共 8 題。

B. 知識類休閒活動包括的題目有：第 9.10.11.12.13. 14.15.16.17.18.19.20 題，共 12 題。

C. 娛樂類休閒活動包括的題目有：第 21.22.23.24.25. 26.27.28.29.30.31.32 題，共 12 題。

D. 新潮類休閒活動包括的題目有：第 33.34.35.36. 37.38.39 題，共 7 題。

E. 閒意類休閒活動包括的題目有：第 40.41.42.43.44. 45.46.47 題，共 8 題。

(4) 量表填答及計分方式

計分方式採 Likert 式四點計分評量法，依序給一至四分，總分越高者表示參與及興趣程度越高，越低者表示參與及興趣程度越低。

(5) 預試的實施

預試完成之後，於 89 年 12 月 12 日以正心中學學生 120 名為調查對象，進行量表的預試工作，共回收 117 份，回收率為 97.5%，經剔除廢卷，得到有效問卷 104 份可用率為 86.6%。預試樣本人數統計表如(表 3-3)：

表 3-3 預試樣本人數統計一覽表

年級數量	年級	人數	收回問卷	可用問卷
國中男生	國一	10	9	6
	國二	10	10	9
	國三	10	9	7
國中女生	國一	10	10	9
	國二	10	10	10
	國三	10	10	9
高中男生	高一	10	10	10
	高二	10	10	9
	高三	10	9	9
高中女生	高一	10	10	9
	高二	10	10	9
	高三	10	10	8
總計		120	117	104
問卷比率			97.5%	86.7%

(6) 預試結果之項目分析

預試之後，將有效問卷的第二部分休閒阻礙量表和第三部分休閒現況量表，把原始分數輸入

電腦，分別建立資料檔案，並以 SPSS/8.0 之統計軟體進行項目分析。預試的量表進行項目分析其目的是作為刪減題目的依據，茲將使用的方法敘述如下：

A. 相關分析法是計算每一項目與總分的積差相關，通常零相關或相關係數較低的時後，即表示該題未能區分受試者反應的程度，亦即可確定該題目是不明的情況，應予刪除。而一般選擇項目的標準是該項目與總分的相關需達 0.30 以上，且達顯著的水準時方可採用。

B. 項目分析法旨在求取每一個題項的「決斷值」(critical ration; 簡稱 CR)，其方法是將所有受試者在預試量表的得分總和依高低分數排序，然後將得分高者約 25% 為高分組，得分低者約 25% 為低分組，最後再以高分組受試者在某一項目得分之平均數，減低分組受試者在某一項目得分之平均數，求出高低兩組受試者在每題得分平均數差異的顯著性考驗，如果題項之 CR 值達顯著水準 ($\alpha < .05$ 或 $\alpha < .01$)，即表示這個題項能鑑別不同受試者的反應程度，這也是此題項是否要刪除之首應考慮的。

茲將問卷第二部分休閒阻礙量表的項目分析刪除後的結果詳列於(表 3-4~表 3-6); 第三部分休閒現況量表刪除後的結果詳列於(表 3-7~

表 3-11)。

由表 3-4、表 3-5 及表 3-6 可看出，各題決斷值在 4.65~10.82 之間，相關係數在 .499~.841 之間，均達顯著水準，顯示問卷第二部分休閒阻礙量表的試題良好。

由表 3-7、表 3-8、表 3-9、表 3-10、及表 3-11 可看出，各題決斷值在 4.70~10.07 之間，相關係數在 .439~.745 之間，達顯著水準，顯示問卷第三部分休閒現況量表的試題良好。

(7)修改部分

本原始量與分量表之總分有達 .30 以上或 CR 值未達顯著水準者將給予刪除，休閒阻礙部份共刪除 5 題，經修訂後三個構面題數分別為 7、6、7 題，計 20 題；休閒活動現況部分共刪除 17 題，修訂後 5 個構面分類其題數分別為 7、6、9、5、4 題，計 30 題。

表 3-4 正心中學休閒活動阻礙因素項目分析結果
分量表類別：個人性休閒阻礙部分 量表信度 $\alpha = .84$

題號	決斷值	與分量表相關係數
01	7.25***	.816***
02	7.85***	.795***
03	6.85***	.745***
04	6.58***	.689***
05	6.90***	.673***
06	10.82***	.691***
07	7.20***	.754***

*P<.05

**P<.01

***P<.001

表 3-5 正心中學休閒活動阻礙因素項目分析結果

分量表類別：人際性休閒阻礙部分 量表信度 $\alpha = .76$

題號	決斷值	與分量表相關係數
08	5.33***	.499***
09	7.25***	.841***
10	7.61***	.645***
11	9.83***	.745***
12	5.38***	.545***
13	5.53**	.744**

*P<.05

**P<.01

***P<.001

表 3-6 正心中學休閒活動阻礙因素項目分析結果

分量表類別：結構性休閒阻礙部分 量表信度 $\alpha = .89$

題號	決斷值	與分量表相關係數
14	4.65**	.573**
15	7.46***	.813***
16	8.29***	.653**
17	6.89**	.752***
18	6.45***	.753***
19	5.65***	.611***
20	7.59***	.679***

*P<.05

**P<.01

***P<.001

表 3-7 正心中學休閒活動現況項目分析結果

分量表類別：運動類休閒活動部分 量表信度 $\alpha = .84$

題號	決斷值	與分量表相關係數
01	9.41***	.601***
02	8.15***	.516***
03	6.05***	.423***
04	6.30***	.524***
05	8.07***	.584***
06	7.89***	.529***

*P<.05

**P<.01

***P<.001

表 3-8 正心中學休閒活動現況項目分析結果

分量表類別：知識性休閒活動部分 量表信度 $\alpha = .72$

題號	決斷值	與分量表相關係數
07	6.45***	.441***
08	7.00***	.438***
09	9.39***	.534***
10	8.19***	.469***
11	8.28***	.504***
12	7.74***	.538***

* $P < .05$

** $P < .01$

*** $P < .001$

表 3-9 正心中學休閒活動現況項目分析結果

分量表類別：娛樂性休閒活動部分 量表信度 $\alpha = .81$

題號	決斷值	與分量表相關係數
13	6.68***	.609***
14	10.07***	.712***
15	7.95***	.636***
16	8.29***	.641***
17	4.70**	.466**
18	7.61***	.640***
19	8.96***	.718***
20	5.65***	.521***
21	8.96***	.718***

* $P < .05$

** $P < .01$

*** $P < .001$

表 3-10 正心中學休閒活動現況項目分析結果

分量表類別：新潮性休閒現況部分 量表信度 $\alpha = .80$

題號	決斷值	與分量表相關係數
22	5.96***	.443***
23	7.97**	.536**
24	5.09***	.745***
25	7.94***	.765***

* $P < .05$

** $P < .01$

*** $P < .001$

表 3-11 正心中學休閒活動現況項目分析結果
分量表類別： 閒意性休閒現況部分 量表信度 $\alpha = .79$

題號	決斷值	與分量表相關係數
26	7.00***	.439***
27	9.39***	.534***
28	8.19***	.469***
29	8.28***	.504***
30	6.45***	.441***

*P<.05 **P<.01 ***P<.001

(四) 第三部份：信度考驗

本問卷的第二部分休閒阻礙量表與第三部分休閒現況量表，以 SPSS/8.0 每一量表之各層面的 Cronbach α 值，並且希望瞭解問卷的一致性、穩定性，將把 Cronbach α 的值作為本研究信度之考驗的依據。吳明隆(民 88)引述學者 Devellis 提出以下之觀點： α 值界於 .65 至 .70 之間是最小可接受值； α 值界於 .70 至 .80 之間是相當好； α 值界於 .80 至 .90 之間是非常好的。本量表之統計結果顯示：第二部分之休閒阻礙量表各分量表的 Cronbach α 值，分別為個人性阻礙部分 7 題 $\alpha = .84$ ，人際性阻礙部分 6 題 $\alpha = .76$ ，結構性阻礙部分 7 題 $\alpha = .89$ ，各分量表之 Cronbach α 值介於 .76 至 .89 間表示量表內部一致性良好，詳如(表 3-4~表 3-6)；第三部分之休閒活動現況量表各分量表，分別為運動類休閒活動 6 題 $\alpha = .84$ ，知識類休閒活動 6 題 $\alpha = .72$ ，娛樂類休閒活動 9 題 $\alpha = .81$ ，新潮類休閒活動 4 題 $\alpha = .80$ ，閒意類休閒活動 5 題 $\alpha = .79$ ，各分量表之 Cronbach α

值介於.72至.81間表示量表內部一致性良好，詳如(表3-7~表3-11)，上述皆達可信程度。

(五)第四部份：效度分析

本量表的第二部分休閒阻礙量表係由研究者依據文獻，探討Crawford和Godbey(1987)所提出之三種類型之阻礙形式並且參酌陳藝文(民89)的「休閒阻礙量表之建構」問卷與許建民(民89)之「不同自尊學童知覺運動休閒阻礙量表」之研究成果為修改依據，原量表具有很高的建構效度；研究者修訂完後，先後請國中及高中教師、研究所同學、專家學者及指導教授加以檢視，修正不當之處，然後才編成預試量表。

本量表的第二部分休閒活動現況量表是採用主觀分類法。研究者根據文獻探討，並考量現今學生的休閒活動類型，先以開放性問卷蒐集休閒活動類型資料，再參考多位學者對於休閒活動主觀分類法，將回收的問卷區分為五類型，30項的休閒活動。並請研究者服務學校的老師、休閒研究所同學、學者及指導教授檢視歸類是否適當後，始成為正式問卷。

第四節 研究程序

本研究之程序係從研究動機行成後，即開始收集相關的文獻，隨即進行文獻之分析與探討。並依據研究的需要，以開放

式問卷，來收集學生之意見，並參考專家學者的意見，才完成自編的「正心中學休閒活動阻礙因素調查問卷表」，以作為本研究的工具。

一、預試

本研究預試量表完成後，於民國 90 年 1 月 3 日以正心中學學生 120 名為調查對象，進行量表的預試工作；預工作完成後即將所得資料登錄，並利 SPSS/8.0 統計套裝軟體來進行統計的分析，最後才建構出量表的信度與效度。

當正式問卷完成後，再依據抽樣的各年級分別進行正式施測的工作，當問卷回收後，再將資料登錄於磁片中，並以 SPSS/8.0 統計套裝軟體來進行資料的分析與處理，並將所得的結果加以分析和討論，最後再歸納出研究結論並提出建議（如圖 3-2）。

二、量表建構統計分析之流程

本量表建構的統計分析流程自量表初稿編製後，經過預試、項目分析、分量表與總量表之信度考驗（Cronbach's α 係數）等過程，最後才完成正式的量表。茲將本研究的量表建構統計分析之流程（圖 3-3）圖示於后：



圖 3-2 研究程序流程圖

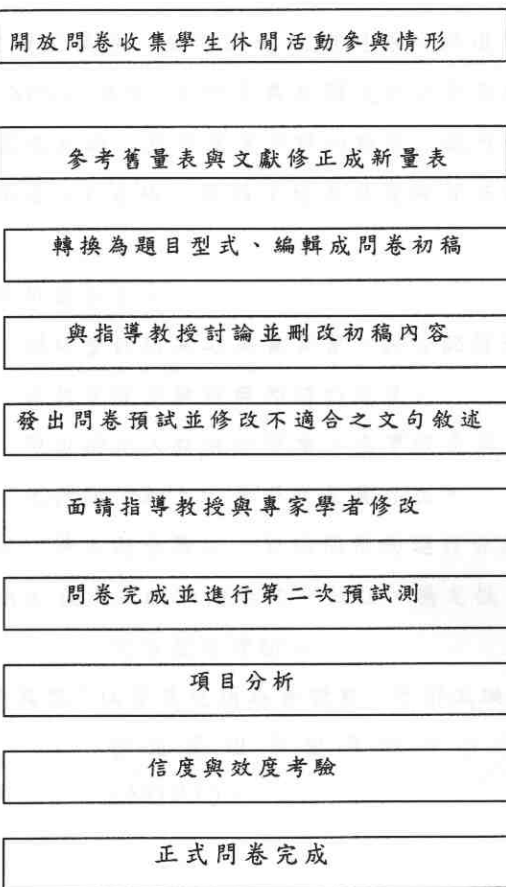


圖 3-3 研究量表建構統計分析流程圖

第五節 資料處理

問卷施測完畢後，立即將有效的問卷加以進行編碼、登錄、並利用 SPSS/8.0+ 統計套裝軟體進行分析與比較。最後再配合本研究之目的，並考慮道資料的特性，採用次數分配、平均數、標準差、t 考驗、單因子變異數考驗等統計方法來加以處理資料。

各分析方法的用途如下：

- 一、百分比：說明整個研究之調查事實，與分配情形。
- 二、平均數：比較實際參與與興趣間的現況。
- 三、t - test：用以檢定人口統計變項，在實際參與及期望參與之休閒活動上，是否有差異存在。
- 四、項目分析：採主觀分類法，對休閒活動進行分類。
- 五、Cronbach α 值：以瞭解問卷的一致性、穩定性，作為本研究信度之考驗。
- 六、單因子變異數：以背景變項為自變數，休閒阻礙為依變數，實施單因子變異數分析 (one - way ANOVA)。