

國立臺灣體育學院休閒運動管理研究所
碩士學位論文

高職工業類輪調式建教合作學生休閒活動現況
與休閒輔導需求之研究

**A STUDY OF THE ROTARY CO-OPERATIVE
EDUCATION PROGRAM STUDENT' LEISURE
ACTIVITIES AND LEISURE COUNSELING IN
VOCATIONAL HIGH SCHOOLS**

研 究 生：王秀瑾 撰

指導教授：吳榕峯 副教授

中 華 民 國 九 十 二 年 六 月

論文名稱：高職工業類輪調式建教合作學生休閒活動現況與
休閒輔導需求之研究 總頁數：82 頁

院校所組別：國立臺灣體育學院休閒運動管理研究所

畢業時間及提要別：九十一學年度第二學期碩士學位論文提
要

研究生：王秀瑾

指導教授：吳榕峯 博士

中文摘要

本研究以九十一學年度國內高級中等學校參與辦理工業類(機械科、電機科、電子科、資訊科、汽修科)輪調式建教合作班的學生為研究對象，共計 342 名，進行問卷調查。調查結果以描述性統計、t-test、單因子變異數分析、Scheffe's 法事後比較等統計方法進行資料處理。

本研究發現，在休閒活動現況中，「參與休閒活動動機」以讓心情愉快為主要選擇，佔 65.8%；「影響無法參與休閒活動的原因」以時間不足為主要選擇，佔 47.7%；「心情不好時常從事的休閒活動」以聽音樂為主要選擇，佔 73.7%；「參加學校社團活動覺得有收穫」以認識新朋友為主要選擇，佔 61.4%；「學校有提供休閒活動服務」以休閒活動場地的開放為主要選擇，佔 54.4%。

另外，不同性別、年級在休閒輔導需求上沒有顯著差異存在；不同科別在休閒輔導需求中的資源、認知、人際互動及技能等層面上沒有顯著差異；唯有場館設施層面有顯著差異存在；每週不同參與休閒活動時間在休閒輔導需求中的資源、場館設施、技能等層面上沒有顯著差異；但在認知及人際互動層面上有顯著差異存在。

關鍵詞：休閒活動、休閒輔導

Wang, Hsiu-chin (2003).The study of the Rotary Co-operative Education Program students' leisure activities and leisure counseling in vocational high schools.
Unpublished master's thesis, National Taiwan College of Physical Education, Taichung.

Abstract

A survey of leisure activities of industrial vocational high school students was used in this study. The sample of this survey included 342 students in six vocational high schools. The data were analyzed by descriptive statistics, independent *t* test, one-way ANOVA and Scheffe's Post-Hoc.

This study found that as for the leisure activities, 65.8% of the respondents participate for pleasure. 47.7% can't attend leisure activities due to lack of time. When depressed, 73.7 % chose to listen to music. Of all who consider partaking clubs as advantageous, 61.4 % agree making new friends as the main reason. 54.4 % of schools consider open facilities as the main way of supplying leisure activities.

Besides, there were no significant differences among the needs of leisure counseling upon gender groups and grades. There were no significant differences on the aspect of resources, cognitions, and skills. However there were significant differences only on the aspect of facilities. In the leisure participating time, there were no significant differences on the aspect of resources, facilities and skills parts on, but there were significant differences among cognitions and human relations.

Key words: Leisure Activities, Leisure Counseling

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	viii
第一章 緒論	1
第一節 研究問題背景與動機	1
第二節 研究目的	3
第三節 研究問題	3
第四節 研究範圍	4
第五節 研究限制	4
第六節 名詞界定	5
第二章 文獻探討	7
第一節 建教合作之相關理論	7
第二節 休閒活動相關理論	14
第三節 休閒輔導之相關理論與研究	25
第三章 研究設計	30
第一節 研究對象	30
第二節 研究架構	31
第三節 研究流程	32
第四節 研究工具	33
第五節 問卷調查	39
第六節 資料分析	40
第四章 研究結果與討論	41

第一節	人口變項的描述統計	41
第二節	休閒活動現況之分析	44
第三節	不同人口統計變項對休閒輔導需求之調查結果	47
第四節	不同人口統計變項之單因子變異數分析考驗	57
第五節	綜合討論	61
第五章	結論與建議	67
第一節	結論	67
第二節	建議	69
第三節	後續研究	72
參考文獻	73
附 錄	80
附錄 A	休閒活動正式問卷	80

表目錄

表 3-1	問卷調查分析表	30
表 3-2	問卷預試樣本分析表	34
表 3-3	休閒輔導需求題項鑑別表	35
表 3-4	KMO 與 Bartlett 檢定表	36
表 3-5	解說總變異量表	37
表 3-6	轉軸後的成分矩陣與信度分析	38
表 3-7	問卷回收情形表	40
表 4-1	不同性別人數之次數分配表	41
表 4-2	不同年級人數之次數分配表	42
表 4-3	不同科別人數之次數分配表	43
表 4-4	每週不同參與休閒活動時間人數之次數分配表	44
表 4-5	複選題的次數分配表	46
表 4-6	不同性別對高職工業類輪調式建教合作學生休閒輔導需求之調查結果 量表	48
表 4-7	不同年級對高職工業類輪調式建教合作學生休閒輔導需求之調查結果 量表	50
表 4-8	不同科別對高職工業類輪調式建教合作學生休閒輔導需求之調查結果 量表	53
表 4-9	每週不同參與休閒活動時間對高職工業類輪調式建教合作學生休閒輔 導需求之調查結果量表	56
表 4-10	不同性別之高職工業類輪調式建教合作學生對休閒輔導需求單因子變 異數分析摘要表	57
表 4-11	不同年級之高職工業類輪調式建教合作學生對休閒輔導需求單因子變 異數分析摘要表	58
表 4-12	不同科別之高職工業類輪調式建教合作學生對休閒輔導需求單因子變	

	異數分析摘要表	59
表 4-13	每週不同參與休閒活動時間之高職工業類輪調式建教合作學生對休閒輔導需求單因子變異數分析摘要表	61
表 4-14	高職工業類輪調式建教合作學生參與休閒活動動機次數的統計五大順序	62
表 4-15	高職工業類輪調式建教合作學生無法參與休閒活動原因次數的統計五大順序	63
表 4-16	高職工業類輪調式建教合作學生心情不好時常做的休閒活動次數的統計五大順序	63
表 4-17	高職工業類輪調式建教合作學生參加學校社團活動收穫次數的統計五大順序	64
表 4-18	高職工業類輪調式建教合作學生覺得本校有提供休閒活動服務次數的統計五大順序	64

圖目錄

圖 3-1 研究架構圖	31
圖 3-2 研究流程圖	32

第一章 緒論

第一節 研究背景與動機

一、研究背景

近年來，隨著國家經濟的快速成長，國民所得增加，生活水準提高以來，國人在享受溫飽之餘，已慢慢意識到，生活品質的提高，應不僅僅是物質條件的滿足；相對於閒暇時間活動需求的增加、可支配所得的提高、活動空間的減少、政府相關單位積極的推展休閒活動政策，造成休閒活動組織、企業的興起，在在顯示，「休閒」生活層面的問題，也逐漸為人所重視。

職業教育的目標乃在培育健全的基層技術人力，並使個人能有效的從事職業活動。為使個人未來在職場順利發展，職業學校提供的教育環境，應儘可能模擬企業機構的情境，讓學生預先體認工作世界的環境與需求(康自立，民 74；孫仲山，民 88；Woloszyk,1996)。建教合作可提供學生在學校學習相關理論課程，同時可在企業機構真實的工作情境下，獲得職業知能的訓練，建教合作可說是職業教育培育人力極佳的措施。建教合作的方式有很多種，至目前仍以輪調式建教合作教育最為各界所認同。建教合作雖有其成效，惟必須學校與企業雙方密切配合，始能竟功(吳榕峯，民 90)。

我國輪調式建教合作自民國五十八年一所學校，八十名學生。發展至九十學年度已有八十三所學校辦過，累計畢業生人數達 86,901 人。九十學年度有三十二所學校開辦，總學生人數為 14,399 人(教育部中部辦公室，民 90)。開辦的科別

在工業類方面剩機械、資訊、汽車、電機及電子五科；服務類方面為美容、餐飲管理、商業經營及資料處理四科。開辦學校有遞減的趨勢，以九十學年度而言，雖核定招收九科可招收 8,224 人，但開學實際僅招收 5,901 位學生(教育部中部辦公室，民 90)。

二、研究動機

現行「高級中學學校輪調式建教合作教育訓練實施要點」(教育部中部辦公室，民 90，p.120)係早期我國在工業起飛階段，配合產業及學校需要訂定。隨著經濟結構的改變，服務業迅速的成長，職業學校開辦的類科也配合人力需求在因應調整。高級中學以上之體育目標為「養成愛好運動之習，奠定健全的生活基礎」等，莫不以建立規律運動為手段，達到提昇身體適能的目的。學校體育是全民運動的基礎，近年教育部體育司大部份與體育相關措施，旨在鍛鍊學生體魄，加強運動與體適能的知能，養成規律運動的習慣，並以提昇健康體適能為主要任務。

然而，隨著教育部多元化入學方案的具體做法，使高中(職)學生自由運用的時間增多，然而這些輪調式建教合作的學生，由於每三個月輪調至相關企業工作，且一天工作時間過於長久，下班後有些企業亦安排課程讓學生學習，使他們更加無法有多餘的時間從事休閒活動。普及職業教育，為實現民生主義最重要的途徑。職業教育種類雖多，但在今日工商業社會，工商職業教育，尤其是工業職業教育，更顯現其重要地位之一(唐智，民 75)。國內目前有關輪調式建教合作研究頗多，惟針對工業類輪調式建教合作學生的休閒活動現況之研究甚少，此為促成本研究探討高職工業類輪調式建教

合作學生的休閒活動之調查的動機之一。

工業化社會，經濟發達，一般家庭收入顯著增加，現代青少年的零用錢比起農業社會普遍增加，加上家長忙碌而疏忽學生的課餘時間，商人看準青少年消費的潛力無窮，各種引誘青少年的遊樂場所到處林立，使得青少年慾望不斷增加，造成逃家、翹課、搶劫、吸毒...等青少年問題逐年增加(吳綿，民 90)。青少年輔導工作多以升學與就業、心理與行為、生涯與規劃為主，較少重視休閒活動、休閒生活之休閒輔導。隨著這些問題的呈現，休閒輔導慢慢受到大家重視。因此，休閒輔導的探討是為本研究動機之二。

第二節 研究目的

依據上述研究背景與動機，可以瞭解高職工業類學生在實施輪調式建教合作教育無論在休閒活動、休閒輔導或勞動條件等方面均有若干問題存在，亟需深入探討解決。因此，本研究的研究目的為：

- 一、探討工業類輪調式建教合作學生的休閒活動之現況。
- 二、探討工業類輪調式建教合作學生休閒輔導的需求。
- 三、根據工業類輪調式建教合作學生參與休閒活動的研究結果，期能提出有關休閒輔導之建議。

第三節 研究問題

依據研究目的，本研究針對下列問題進行探討：

- 一、高職工業類輪調式建教合作學生參與休閒活動現況

為何？

二、高職工業類輪調式建教合作學生的休閒輔導需求上為何？

三、不同性別的學生，對休閒輔導需求上是否有顯著差異存在？

四、不同年級的學生，對休閒輔導需求上是否有顯著差異存在？

五、不同科別的學生，對休閒輔導需求上是否有顯著差異存在？

六、每週不同參與休閒活動時間的學生，對休閒輔導需求上是否有顯著差異存在？

第四節 研究範圍

本研究的範圍界定在九十一學年度國內高級中等學校參與辦理輪調式建教合作班工業類，其包含機械科、電機科、電子科、資訊科、汽修科的學生，為研究範圍。

第五節 研究限制

一、本研究以問卷調查方式進行，由於研究工具屬於自陳量表，受試者在填答時可能受到情緒、認知、態度等主觀因素的影響，對問卷內容的填答態度，是本研究所無法控制的，因此僅能假設受試者都能依照自身真實狀況作答，此為限制之一。

二、本研究僅從性別、年級、科別、參與時間因素上探討學生的休閒活動現況，其他如家庭社經地位、人格特質、父母親的休閒觀念等影響因素，本研究限於人力、時間上的限制，並未加入探討。

三、本研究僅針對高職工業類輪調式建教學生為研究範圍，其他學生及家長未一併列入研究。

四、研究結果推論以國內高級中等學校參與辦理工業類輪調式建教合作班學校為限。

第六節 名詞界定

一、高職工業類

指高級職業學校工業類，包含機械科、電機科、電子科、資訊科、汽修科，依照課程標準所設之科別，以培育工業類之基層技術人才為目標。

二、輪調式建教合作

在本研究中，係指高職學校與性質相關之事業單位雙方依照行政機關規定之法規及相關辦法，並經主管教育行政機關核准招生之學制，使學生一方面在學校接受教育，並同時在事業單位接受技能訓練，學校與事業單位之間每三個月輪調一次的建教合作方案。

三、休閒活動

本研究將休閒活動定義為「個人於工作時間以外，閒暇之時，自由時間之下，由內在動機驅使，依照個人興趣主動參與自由選擇的個人或團體、靜態或動態的活動，進而達到

舒暢身心，獲得心靈滿足與精神上的歡樂與愉悅，且具有休養、再造與重新出發的功能」(謝天助，民 92，p.91)。

四、休閒輔導需求

係指學生在休閒輔導課程當中，最渴望學習的內容。本研究所指休閒輔導需求的操作性定義，係指學生在本研究使用之「高職工業類輪調式建教合作學生休閒活動調查問卷」第二部份休閒輔導需求上得分之反應。

第二章 文獻探討

第一節 建教合作之相關理論

一、建教合作之意義

建教合作係根據學生生涯發展目標，所進行之職業準備的一種措施；期透過學校與雇主之周詳規劃、聯繫、嚴格督導與執行，並在經常性評鑑下，期望對學生之德智體群美等教育成長與就業能力之增進有所助益(康自立，民 74)。故主張建教合作的主體除了學校、企業界外，應再包含學生。

「建教合作是具有教育制度、經濟功能與社會適應的職業教育制度，整合了教育與建設兩方面的功能」(張添洲，民 80，p.29)，共同培育人才，使教育與經濟相互結合，配合國家經濟發展，開發人力資源，具經濟功能的一種教育措施。

就廣義之建教合作而言，是指『建』與『教』雙方相互合作，狹義的建教合作則為學生職業準備的一種教育措施；建教合作雖然有許多優點，卻也有其限制，實施時應考慮其成功實施要素，確實依照這些要素實行(馮丹白，民 83)。

另一方面，建教合作是學校與業界雇主合作下的一種技術及職業教育方案，使學生一方面在學校接受職業教育，另一方面到企業界接受工作崗位的訓練(Evans,1971)。

建教合作教育是一種有計劃的職業教育方式，由學校提供相關的職業教學及必修的理論課程，而由企業機構或雇主提供訓練崗位的訓練，這些內容都明確地寫在訓練契約之中，並由學校與雇主雙方合作督導下實施(Mitchell,1977)。

綜合以上專家學者看法，建教合作係配合國家經濟建設的整體需要，教育單位透過與企業單位的合作，進行人才培育與訓練的合作計畫。學生得以同時接受校內的課堂教學與企業內實際的工作技能訓練，使理論與實務相互結合，成為學生職業準備的一種教育制度。

二、建教合作之理論基礎

建教合作是一種教育制度，教育制度的推行，需要各種學術理論做基礎，以明示其目的，導引其方法，如此在教材的選擇及課程的安排方面，才有所依據，教育制度的推行得當與否，學術理論基礎極為重要。

「與建教合作關係密切的學術理論有教育哲學、經濟學、社會學、心理學，此四學科各有其理論範疇」(唐智，民75，p.19)，且相當廣闊，以下將建教合作有關的論點敘述如下：

(一)建教合作之教育哲學基礎

從教育本質方面，主張教育的本質為生長的學者為杜威。杜氏認為人性是可變的，在此種觀點下，教育的活動即在隨人的生長而作為。因此提出教育即生活、教育即成長，教育經驗的改造諸理論。杜氏的教育生長說著重經驗，此論點正與唐智(民75)所指出的建教合作機構提供工廠實做環境，給予學生獲得現場經驗的理論基礎相似。

自我實現說強調自我是一種發展的、成長的、變動的、趨向於一完整與統一自我的過程。要達此一理想，基本條件是個體應具有發展潛能，而且有著意識自由，意識決定，人格獨立及運動能力，如此個體才能去掌握並確定出其自己行為的方向與目的。教育在此方面是一種輔助工具，謀求配合，

提供適宜的環境，使個體能表現出其完美性(唐智，民 75)。因此教育單位應與企業合作，對於具有某方面潛能的學生，使其能在適合本身發展潛能、實現自我的環境中接受教育，發展自己。

社會化說學者認為個人不是孤獨的存在，個人在社會生活中與別人接觸往來，不斷接受語言、觀念、習俗、情感、態度、道德以及生活方式的陶冶，逐漸被社會所同化，而採取共同的觀點。基於此種理論，教育必須選擇社會環境因素，提供給學生合於社會化的條件，此乃建教合作的理論依據(唐智，民 75)。

其次就教育目的論而言，目的是預定動作的結果，而為決定行為與實行方針的指針。教育的目的是教育預設的鵠的或理想，是決定教育發展的方向，指引教育活動的歸趨，使教育成為有意義而循序漸進的活動。唐智(民 75)指出，建教合作是一種教育措施，應接受教育目的導引，由於學校與學生必須與商業化的環境接觸，更有教育目的的導引建教合作，才不致於在實施過程中偏頗，喪失教育的原則。

(二)建教合作之經濟學基礎

依據對建教合作的經濟基礎從經濟發展論及教育投資論兩方面加以論述：

就經濟結構的改變層面而言，經濟結構改變，教育制度就必須求取調適。教育經濟功能的一種形成原因，是教育制度能夠傳授職業技能，使社會組成份子從事各類生產活動。教育制度既成為培養職業人才的主要工具之後，便不能不隨經濟結構的改變，調適其型態(林清江，民 64)。

以我國就農、工及服務三大行業的產值結構而言，農業產值占國內總產值由 72 年 7.3% 到 90 年降到 1.9%；工業產值，則由 75 年歷史新高 47.6%，至 90 年降為 30.9%；服務業則由 72 年的 47.7% 至 90 年已增加為 67.2%（行政院主計處，民 91）。由上述資料可發現，服務業由 47.7% 增加至 67.2%，晉升 19.5%，這也證實我國的經濟結構逐漸已朝向服務業發展為主。

就教育與職業結構的關係而言，教育是依變數，而不是自變數。職業結構影響教育制度的型態，而不是教育制度影響職業結構。同時，教育擴展是經發展的結果，而不是其原因。經濟結構的更異，無論是行業或職業結構的改變，都反映社會與工業變遷的主要趨勢(Banks,1968)。這種趨勢影響社會經濟的各領域。教育領域自不例外。亦即，教育制度必須具有適應經濟結構的功能。建教合作方案之推動，於本質上即可協調教育制度與經濟結構現況或需要的一種工具。工業自動化之後，形成所謂人類社會的「第三次革命」，以建教合作的各種措施，來適應人力的需求，有其必要性。

就教育投資論來說，教育投資論是近二十餘年來特別受到重視的理論，其最主要的內容是：教育支出不僅可以視為消費，同時也可以視為投資。既為投資，就有利潤。無論就個人所得增加或經濟發展的促進而言，教育投資均有其利潤，而且此利潤絕不少於其他重要物質的利潤。在一個國家經濟建設過程中，除了重視其他物質投資的利潤之外，還必須特別注重教育投資的利潤，這正是廣義建教合作所根據的理論基礎(唐智，民 75)。世界各國的經建過程，無不依據此種理論，協調配合經建措施與教育事業。就教育投資發展趨

勢而言，逐已肯定教育對經濟成長的貢獻。也肯定建教合作的功能性。

(三)建教合作之社會學基礎

與建教合作相關之社會學理論，依據林清江(民 63)與唐智(民 75)有社會流動理論及社會變遷理論兩種，茲分述如下：

首先，就社會流動理論層面而言，在各種社會之中，都有社會階級(Social classes)這是種普遍存在的社會現象。同時，傳統及現代社會中，社會階級與社會階層的距離較大，且較嚴密與固定，處於某一階段地位者很難流動至其他階級地位。到了現代社會，情況確有所改變：社會階級與社會階級之間的距離縮小，各階級之間的流動機會也增多。社會組成份子可能由較低的社會階級，這種現象通稱為社會流動現象。

在社會流動機會日漸佳的環境中，個人賴以晉陞其地位者，已非舊日的技能，純粹非正式教育技能學習，已經無法滿足促成個人向上社會流動的現象，正式的教育已經成為此種晉陞的主要條件。建教合作的實施，除了可在職場習得專業技能，並同時能獲得學位，並在工作職場中能直接受到工作環境之刺激，以激發其向上流動的意願，因此社會流動理論可作為建教合作之理論基礎。

其次，就適應社會變遷理論中得知，在社會現象中，任何經由相互關係所生之相互行動，其基本型態為接近或遠離，縮小與擴大，或者是全部退化的，社會學家把這種情形，視為社會變遷。因此，社會變遷可以說是社會事物的本相，經過運動後，成為不同的景象，而失去本來面目的變化過程。建設合作的推動，主要是因目前的社會，由農業轉為工業，

由工業轉為服務業，不但在實際的社會現象上面，讓人有變遷的真確感，也因此造成社會一般人士心理上的改變，往日士大夫為上的觀念，如今已或少遭到摒除，代之而起的是行行出狀元的看法，尤其科學進步造成工商業繁榮，使人們認為從事實際的工商行業，並不亞於讀書人士。教育為了要配合這種事實上的變遷，自應與業界密切合作，以培養各行業所需要的專職人員。建教合作的實施，可以說不論在學校的課程方面或是工廠的實作方面，最能適應社會的變遷。

(四) 建教合作之心理學基礎

現代心理學理論依唐智(民 75)分為兩派別：一為學習乃一種刺激—反應之間的連結所建立的行為習慣，稱為連結論 (Association theories)，以 Thorndike 的嘗試錯誤說，Pavlov 的古典制約反應說，和 Kinner 的工具或操作制約反應說等為代表。另一派認為學習乃對情境的知覺系統之組織，如 Kohlet 和 Koffka 領悟說，和 Tolman 的符號完形論。兩派理論均對建教合作的貢獻不可抹滅。衡諸實際，嘗試錯誤與領悟常配合運用，不論人或動物之學習，在嘗試錯誤之後，必繼之以領悟；在領悟之前，必先嘗試錯誤。嘗試錯誤之學習為盲目活動，領悟與符號之學習為理智認知，制約反應則介於盲目活動與理智認知之間。概括言之，人類之學習情境中四種不同之學習方式，交互運用，當可收相輔相成之效。就技術教育而言，江文雄(民 88)認為此四種學習方式均有其重要性，透過建教合作之實施，更能作有效運用。

建教合作的實施的價值性即在於充分運用上述各種理論，哲學理論基礎，提供建教合作以目的為導引，以現場經驗能激發學生潛能的開發，經由社會化有利其生存；經濟學

理論基礎，提供經濟結構變化，建教合作發揮調適的功能，教育的支出同時帶動經濟的發展；社會學的理論基礎，提供建教合作同時達成技能學習與獲得正式學位的社會流動，及課程或技能學習可以適應社會的變遷；心理學的理論基礎強調了建教合作做中學的重要性。建教合作有上述的理論基礎，實為職業教育重要的一種制度。

三、利用職業現場訓練在教育上之價值

用工作世界做為教育場所的方案，是建教合作班的基本出發點，康自立(民 74)認為，利用職業現場做為教育訓練之場所具有教育上的價值，茲分述如下：

(一)學習的價值

由於學校教學屬於模擬系統，其教學設備、技術、方法與材料往往與企業所使用的有一段落差，且在工作世界中，有許多知識與技能無法在教室中學到的，這些知識與技能卻可在工作世界中直接由專門經驗的人指導而獲得。康自立(民 74)也提到，在學生學習過程中，若能安排到職業現場工作學習，除了能接觸到新的設備及習得較新的技術，可降低學校與企業間的落差，更能達成職業教育的目的。

(二)生涯發展的價值

為了配合個體的發展，教育歷程必須提供充分機會讓個體學習與體驗，以利生涯良好的發展。國內經濟型態逐已朝向服務業發展，康自立(民 74)認為職業範圍離不開與人之接觸，學生更需要透過職業現場的了解，培養職業道德與服務品格養成，以提早適應其職業準備。

(三)經濟上的價值

學生在職業現場參與工作除可獲得酬勞完成學業，並在學校對於學生薪資應用上的輔導，可養成經濟獨立及自力更生的健全人格。另一方面，Wu(1992)提到在學校教學中充分運用企業界的設備，可使學校減少投資；又學生提早投入生產建設行列，對國家人力資源充分運用，亦均能發揮經濟效益。

(四)個體成熟的價值

利用職業現場做為施教的場所，於在學期間，學生即與社會接觸，提前轉變與適應，並在教師良好的輔導下而使轉變與適應更良好，使個體的成熟將更順利而正常。另一方面康自立(民 74)也指出，學生於投入工作行列，面對問題時，必須靠自己聰明才智去思考尋求解決，可養成獨立性格及有助於自信心之建立；在職業現場中更能有效地培養工作態度、人際關係、團體合作等觀念，使個體因實際接觸、參與而更成熟。

(五)社會認識的價值

學生提早進入職業現場與社會接觸，康自立(民 74)認為可使學生提早認識社會的現象，社區的特徵與文化，職場提供學生合於社會化的條件，有助於其將來成為社區良好的成員。

第二節 休閒活動相關理論

有關「Leisure」與「Recreation」兩字界定，在定義上亦有許多重疊之處，因此本研究將「Leisure」與「Recreation」從字源上做一界定，並在文獻中探討。

一、休閒的意義

英文 leisure，「源自拉丁文的 licere，意指被允許或自由；希臘文的 schole 或 skole 涵義即為休閒(leisure)，後來它引申出拉丁文的 scola 和英文的 school 和 scholar」(許義雄，民 69，p.27)，school 中文意思為學校，scholar 中文意思為學者，此兩者明顯意指休閒和教育之間具有極密切的關係。而依據宋明順(民 81)所提到，從拉丁文的 licere 所引申的法文 loisir，則指涉的是自由時間，以及所引申的英文 license，原指免除公務責任的行為，不論是自由的時間或自由的行為都有自由自在的意涵。

從中文字源的觀點來看，《說文解字》中所記，「休」指人依木，在操勞過甚時，常依靠樹木來減低疲勞，修養精神，故休之本意作息止解，「閒」在清代段玉裁注解之《說文解字》中，是指「隙也，門有縫而月光射入此月光自門射入之處(高樹藩，民 60)」。另外呂建政(民 88)亦提出「休」字是由「人」與「木」合成的，其意象是「人依靠著樹木」或是「人坐在樹下」，因此「休」有休息、休憩、修養等帶有暫時停止勞動的意思；此外「休」也有美、善、喜樂的意思，其之所以如此，或許是因為人坐在樹下休息時，既有蔭涼之快，又可觀天空之蔚藍與廣大，聽鳥兒之啼轉與啁啾的緣故吧！

再者，「閒」字是由「門」與「月」合成的，其意象是「門中鑲著一輪明月」！此時或獨處或靜思，或與家人相聚，忽地發現明月高掛，引人遐想。因此，「閒」也就是安閒、閒適的意思，而人也因著有閒，所以可能哲思深邃、文思泉湧、詩興湍飛。從中文字面意義來看，「休閒」包含了「休息」和「閒暇」兩個層面，所以休閒似乎指涉一個人擁有的閒暇的

自由時間，從事任何可以恢復精神或體力的活動(薛銘卿，民 83)。但是，此處的活動，並不侷限於肢體的休閒活動(recreation)，它應該同時也包涵了心智的精神活動(mental activity)。即使是休閒，在希臘文化的意涵，它是指一個人在工作之餘，藉著輕鬆的活動，來消除工作的壓力、單調、乏味、疲勞，以便恢復或再造活力。所以，林東泰(民 81)提到休閒本身常常只是過程、手段，而活力的再造，或精神的恢復，才是休閒的真正目的。另外林東泰、陳彰儀、黃定國(民 83)與郭國良(民 85)亦從字源觀點來解釋休閒。

休閒的意義首先為工作的相對詞，意指不工作或休息(許義雄，民 69；張春興，民 72；黃嘉宗，民 75；曾誰芬，民 78；黃中科，民 79)。其次為閒暇的意思，指個人可自由支配的時間(李明宗，民 77；文崇一，民 79；黃中科，民 79；張少熙，民 83)。最後為個人在生活上幽雅心境，此種心境可得自休閒，也可得自於工作，忙與閒純屬心理感受(張春興，民 72；黃嘉宗，民 75)。與 Paker(1979)對休閒的三種界定方式有異曲同工之處，第一種是一天 24 小時內扣除非休閒的時間——工作、睡眠、吃飯、生理需求等，第二種為不是指某一段時間，而是活動的特質或個人所從事的活動，第三種為休閒是剩餘時間和休閒應是如何的狀態。

另外，對於休閒的定義，Parker(1979)、Berger(1962)、黃定國(民 80)、陳畹蘭(民 81)、王素敏(民 85)、郭國良(民 85)及高俊雄(民 85)對此課題作探討，大致由下列幾個角度探討休閒，茲敘述如下：

首先，在時間的觀點上，「休閒的英文是 leisure，係源自拉丁語中的 licere，而 litcere 又源自 senole。意指擺脫生

產勞動後的自由時間或自由活動而言」(許義雄，民 69，p.27)。也就是說休閒時間是剩餘的(residual)即扣除我們必須去滿足工作或任務要求和維持個人生存必須做的事情以外，剩餘的時間；同時休閒時間是自己的時間，在這段時間內，我們可以自由選擇自己想要做的事。

其次，在活動的觀點上，把休閒視為休閒活動或非工作性質的活動，我們可以依照活動的形式，將某些活動區辨認定為休閒活動，當我們從事這些休閒活動時，我們就是在休閒了。如運動、藝文活動、民俗活動、社團交際活動等。

第三，在經驗的觀點上，Csikszentmihalyi & Kleiber(1991)認為休閒是一種心理狀態。當一個活動是自由選擇，且活動本身即是目的時，這個活動應可視為休閒，可見休閒經驗具有自由及內在動機之特徵。在休閒分類模式中，以參與者感受的自由選擇和參與活動的內生動機來區別休閒與非休閒的狀況，簡言之，休閒就是為了體驗活動本身的樂趣，自由選擇參與某項活動的行為(Neulinger，1981)。休閒經驗可能強度有別，但必須有個體的自由選擇、內在的滿意、高峰喚起及要求投入感等條件(Tinsley,Hinson,Tinsley & Holt，1993)也因此休閒意謂著人類為了體驗活動參與的樂趣，自由選擇參與某項活動的行為，在參與活動的歷程中，人們心思狀態是愉快滿足的。

第四，在行動的觀點上，從活動中，一個人與其他參與者之間的互惠互動，從活動中的自然環境或人為設施服務感受到的刺激，以及在活動中扮演某項角色或擔任某項任務過程中表現的能力水準，都是影響一個人生活體驗的重要因素(高俊雄，民 83)。休閒是採取行動，去實踐完成某些對自己

的生活有意義的事情。若自己是定義休閒的關鍵，那麼自由除了是一個人主觀上的感受之外，必須是經由我們的行動表現出來，亦即完成某件事或達到某一狀態的自由。

最後，在自我實現的觀點上，從西方的歷史來看，休閒代表追求卓越，藉此達到人生最高境界，希臘人將休閒理想化為 Schole，它指的是無拘無束的行動，或擺脫工作之後所獲得的自由時間或從事的自由活動(林東泰、陳彰儀、黃定國，民 83)。

再者，從葉秀琴(民 87)得知 Maslow 的主張，自我實現的過程是開拓一個人的天份、能力和潛力並充分加以運用。同時依其理論，自我實現是人生最高的一種境界，人人渴望但不見得都能滿足。由於休閒活動中的自由選擇與發揮有助於自我表達、自我能力和追求真善美的實現，要到達此真善美的境界，休閒活動雖非是充分的條件，但卻是必要條件。休閒的功能不只是促進個人放鬆、娛樂，休閒亦需投入相當的精神與努力，以達到完成、實現並提昇自尊的境界。意即休閒意謂著個人天份、能力及潛力的開拓，並且融入活動完成扮演的角色、以達自我的實現。

二、休閒活動的意義

從字義的觀點上來看，許義雄(民 69)指出，休閒活動的語源，係由拉丁語 recreare 到 recreation 所由來，再經法語 r'ecre'ation 而成今日英語的 recreation 一詞，原有創新、使清新的含意。但另有以造語的形式認為，recreation 係由 re 和 creation 組合而成，re 為接頭語，有「再、重新、更加」的意思，而 creation 泛指創出、造出、創造之意，因此，recreation 一詞，含有「重新創出」的意思至為明顯。

再從意義的觀點上，又可分為廣義與狹義(陳在頤，民 74；馮麗花，民 87)。廣義的定義，是指休閒活動是有目的、有計畫的運用工作、讀書之餘的時間(董媛卿，民 87)；是人類於閒暇時，依其興趣及需要追求滿足感的自然表現，個人或團體參與活動的動機係基於其能獲得享受及滿足的體驗。休閒活動係任何型態之有意義的享受，其可能於任何時間，任何地點發生，只要從事活動的人認為該活動是遊樂性的便可(李明宗，民 77；馮麗花，民 87；薛銘卿，民 83)。

廣義的休閒活動包羅萬象，凡是非工作性質而以空閒的時間去從事的行為，陳在頤(民 74)指出，只要是能舒暢身心之活動均屬之。有關休閒活動之真正意義，必須以當時活動者本身的心理狀態來加以剖析，基本上必須具備有自由參與的、符合健康衛生，且有積極的效果、非追求名利與財富的、沒有職業上或人事上的介入。

狹義的意義，則是指休閒活動有藉助娛樂、消遣的方式以達成解除疲勞，恢復體力，重新創造身體效率的作用，所以休閒活動是人們工餘之暇，振奮和恢復身體、心靈或精神(陳在頤，民 74；馮麗花，民 87)。

綜合以上所述，休閒活動的意義，是個人於工作時間以外，閒暇之時，自由時間之下，由內在動機驅使，依照個人興趣主動參與自由選擇的個人或團體、靜態或動態的活動，進而達到舒暢身心，獲得心靈滿足與精神上的歡樂與愉悅，且具有休養、再造與重新出發的功能。

三、休閒活動的功能

休閒活動有消除疲勞、壓力與改善人與人之間的關係及提高品格、預防疾病、促進身體健康與復健醫療、養成高尚

的氣節與人格、預防犯罪的發生、促進地方社會之團結(林清山，民 74)。

再者可加強人際關係，提高工作效率、促進經濟發展，是休閒是民主社會的表徵及可作為教育的方式(林清山，民 74)。除此之外，並具有對個人生理健康、心理健康，包含鬆弛身心、穩定情緒補償作用、社會健康、促進智能發展等多方面的效益。

這些年來，透過專家學者們的實證研究得知，休閒活動的功能是「透過休閒活動的參與，達到社會化涵育過程；維持甚至提昇人際關係與互動」(趙善如，民 84，p95)；所以休閒活動是有助於發展自信、勇氣、誠實、負責任，以涵化個人品德和個性；宣洩挫折感及有害的情緒，防範反社會行為；以及可以啟迪人生觀與世界觀。

其次，休閒活動的功能則是促進身體健康及情感交流，可以使人與人之間的距離接近，並可擴大社交圈，使人們可以認識同道、同性、異性、名人或各行各業的人，並可增進人際交往的技巧(黃天中，民 84)。

另一方面，休閒活動可讓我們在重複、單調或繁重的工作或學業外獲得紓解，並拓展工作或學業的資源，具有啟發智慧、激發創造力，使人萌生清明的心智，湧現新奇的靈感，創作更美好的作品或對問題有所突破，進而實現自我理想(黃天中，民 84)。

休閒在青少年發展歷程中具有重要的功能。首先是透過休閒，達到釋放壓力、鬆弛緊張的目的；其次是經由休閒參與，達到社會互動的目的；最後則是透過休閒，青少年得以摸索、認清自我、拓展自我、進而達到實現自我的目的(楊敏

玲，民 85)。

休閒活動對青少年從多元角度來探討具有下列功能。其就功能層面上有社會、文化、增進親子關係、心理、獨立能力的培養及生涯探索等功能(余嬪，民 85；莊懷義，民 81；何福田、蔡培村，民 79；謝天助，民 92)，分別敘述如下。

首先，在社會化功能，藉由所參與的休閒活動學習社會的規範以達到社會的需求，透過休閒活動能增進與他人交往，並經由團體成員的承認而滿足隸屬感與安定感(莊懷義，民 81)。青少年從休閒活動中不斷的與人交往並增加生活經驗，如此亦有助於社會人格的形成。

第二，在文化的功能，休閒是人的價值體系與意識形態的一種外顯行為，可以反映文化的走向(何福田、蔡培村，民 79)。由於青少年所從事休閒活動往往受社會流行風尚的影響，因此，由大多數的青少年所從事的休閒活動即可看出當前社會的流行趨勢及價值觀。

第三，在增進親子關係，家庭式的休閒活動有助於增進親子關係及代溝的消除，尤其青少年時期往往叛逆性較強，適當的家庭式休閒活動，不但可增進家人相處機會，同時藉著與家人溝通抒發自己的情緒，如此可減輕所面對的壓力(余嬪，民 85)。

第四，在心理的功能，由於青少年面對升學的壓力及急劇的身心變化，因此，適當休閒活動有助於身心的調適。故莊懷義(民 81)認為休閒活動亦可補償個人缺陷、去除攻擊衝動、發洩情緒、逃避現實壓力等功能，故正當的休閒活動對健全青少年心理有很大功用。

第五，在獨立能力的培養，藉由參與休閒活動可以增進與他人相處的機會，從團體中培養獨立自主的能力，凡事能自己思考解決，而不再依賴父母師長，因過度的內向、退縮或依賴都不是青少年所應具有的，活潑有朝氣才是青少年的本性，因此，藉由休閒活動培養獨立自主的能力是不容忽視的(謝天助，民92)。

最後，在生涯探索的功能，一般所參與的休閒活動往往是自己有興趣的活動，藉由青少年不但可以培養自己專長，更可以發展為自己一生所追求的目標，故休閒活動有時關係生涯發展，故如何從中去發現自己的興趣與專長是非常重要的(莊懷義，民81)。

Witt 和 Bishop(1970)將休閒的功能歸納有其一，傾洩作用(catharsis)，在活動中可以充分宣洩個人的情緒障礙，如挫折、恐懼等。當學生的成績不理想或面臨的升學壓力等可藉由動態性休閒活動宣洩。其二，鬆弛作用(relaxation)，在休閒活動中可以使個人恢復能源，並且放鬆自己，使內心達到平靜狀態。因為在求學過程中個人需要十分努力，並期望自己有好的表現，因而產生鉅大壓力；而休閒中是沒有競爭的，可以達到放鬆的功能。其三有補償作用(compensation)，讓個人在休閒活動中可以補償生活的缺陷或不足，如從事體育性活動，可彌補日常生活中欠缺的運動部份，獲得健康。最後有工作類化(task generalization)，使個人在休閒活動中所獲得的特定或人際技能應用到類似的人生情境中，使個人獲得喜悅和滿足。在沒有壓力和競爭的休閒活動中，人際關係可以自由的增長，而且若在休閒中具備一定的技能，對工作和事業上的發展助益極大，亦可作為終身活動項目或是第

二專長的養成。

Bloland(1987)指出，休閒能使人快樂無冒險的進行社會試驗與認知；促進身體健康，並使人生豐富精彩；增進個人自由的感受，體驗各種生活目標，並且對角色楷模與良師益友進行認同；發展人際關係與他人建立情誼；娛樂與放鬆；經由需求的滿足而平衡人生。

綜合以上所述，休閒的功能可包含社會化的功能，促進人際關係、擴大社交圈、提升地位名望、促進社會福利、增加生活經驗；生理的功能，促進身體健康、恢復體力與再生活力；心理的功能，發洩情緒、釋放壓力、放鬆心情、讓心情舒暢愉快；文化陶冶的功能，休閒可以增進文化的發展，形成風氣，帶動潮流；增進人際感情的功能，休閒可以凝聚感情，增加家庭親子、團體間的情誼；心理補償的功能，休閒可以補償在工作中的挫折與生活上的缺陷，增加滿足感與提高工作效能；工作類化與生涯探索的功能，休閒活動中所學習到的技能，能實際應用到生活中，並發覺與培養興趣、專長使成為終身活動項目與第二專長；自我實現與能力培養的功能，發揮自己潛力，接受挑戰，促進自我實現並從團體中培養獨立自主的能力。

四、休閒活動概況

社會經濟因素似乎會影響運動項目的參與。江書良(民91)發現有97%小孩每週至少花費15小時在看電視或電腦遊戲。

根據國內學者研究發現，男女青少年休閒活動的差異，男生喜歡的課外活動，大多屬於需要較多體力的大肌肉體育活動，而女生則趨向於文雅、靜態以及不必耗費許多體力的課外活動。男性青少年喜歡動態的戶外的休閒活動，女性青

少年喜歡靜態的室內的休閒活動。男女青少年在體育性、藝文性、社交性、康樂性等休閒活動，有顯著性差異(張少熙，民 89)。

青少年白皮書(行政院青輔會，民 84)中指出，青少年所從事之最主要休閒活動，是以「看電視及錄影帶」為主，所佔比例高達 61.05%。而「球類體能活動」之休閒活動只佔 5.52%。

青少年由於身心發展逐漸成熟，學習經驗機會增多，容易形成個人成長與社會期望的差異，其參與休閒活動的目的不只是娛樂，同時也是學習，而過程中常存在著許多限制，無法滿足從事各項活動的需求，其阻礙因素可能因場地設備、家人、經費、時間、課業、體力、沒有同伴、交通、沒有適當的指導人員及技巧等問題而阻礙從事休閒活動的意願(王水文，民 83；張少熙，民 83)。

黃立賢(民 85)調查專科學生休閒興趣相關因素之研究，將休閒阻礙因素依照研究影響程度排序為時間的限制、零用錢不夠、缺少同伴、沒有適當場地、課業壓力太重、相關知識不足、缺乏資訊來源、相關技巧或能力不足、缺乏指導的人、場地不安全、交通不便、父母親不鼓勵、體力不夠及師長不鼓勵。

綜合以上學者的論點，參與休閒活動的動機不外乎為促進身體健康、讓心情愉快、消磨時間、增加社交經驗、學習運動技能、獲取成就感、紓解壓力、改變人生觀、追求知識及增進體能等。

而在無法參與休閒活動的原因為、時間不足、交通不便、費用太貴、缺乏指導、沒有友伴、沒有興趣、缺乏體力、課

業繁重、場地不足或欠佳、資訊不足、缺乏技巧、家人不支持、懶得動及設備不足或欠佳等。

第三節 休閒輔導之相關理論與研究

一、輔導的內容

包括生活輔導、教育輔導與生涯輔導三類，僅就與本研究相關之生活輔導部份做以下敘述，生活輔導的內容有日常生活輔導、健康生活輔導、休閒生活輔導、社交生活輔導、家庭生活輔導、學校生活輔導。其中休閒生活輔導的工作內容則是建立正確的休閒觀念，增進學習效率與人生樂趣，且能體驗到從休閒生活中，獲得更多的知識與技能。並且配合環境、器材、場地及設備，充分發揮效果，以及休閒規畫與學校教育計畫配合，以帶動良好風氣(晨頌馨，民 87)。

二、休閒輔導的意義

休閒輔導或休閒諮商乃是因應大眾休閒生活之需要，黃德祥(民 81)利用諮商與輔導的原理原則，協助個人認知休閒資源和訊息，增加休閒知識和技巧，解決休閒生活相關問題，進而協助個人豐富生活內涵，促進自我實現的新興助人專業工作。

休閒諮商與輔導是在 1970 年代才興起，配合大眾在此方面的需求日益殷切，而逐漸受到重視。黃德祥(民 81)認為在學生輔導工作上，被關切的程度遠低於情感與學業的諮商與輔導，其主要原因則是學校行政單位並未充分體認此輔導工作的重要性；其次是學生在課餘常以休息或電視機、收音機為主要娛樂工具，無太多心力關注個人的休閒生活規劃；再

者，家長亦不鼓勵子女在校園中花太多時間在休閒活動上；以及諮商與輔導專業人員亦尚不充分體會休閒諮商與輔導的理論與技術，在此方面的專業知能尚待加強。

而休閒輔導簡單地說，林一真(民81)指受過專業訓練的工作者協助受輔導者具備適當休閒意識、態度、資訊及技能之過程目的，是使當事人的生活更豐富、更健康、更有意義及更滿足，進而增益社會的富庶、安祥及快樂，並使自然和人工的休閒資源得到充分開發及維護。

所以，休閒輔導是一種幫助的過程，可能包括分享關於目前休閒活動設計和設備的資訊、學習休閒的特殊技巧或個人的感覺和關於玩的行為價值的一種指導(Scout,1980)。有時休閒輔導使用特殊的口頭上便利化技巧去促進自我認識、幫助獲得做決定和解決問題的技巧和參與休閒有關的發展。

休閒輔導包括使人們察覺好的人生是什麼和幫助他們享受人生兩者，它是一種過程，可能包含教育、諮商和治療，容易解決和可用的技巧之計畫方案，但是這些解決方案有可能不合適或令人不滿意(Arlin,1980)。

三、兩性平等的休閒輔導

在休閒與遊憩或遊戲活動中，男生常被鼓勵競爭的、工具性的、技術性的、精熟的、動態的，與其他表現男子氣概的活動，女性則相對被鼓勵或提供較多的機會表現出女性特質的活動如合作的、柔和的、靜態的、人際導向的、助人的，以家庭為主等活動。在遊憩與休閒的領域，如同其他領域一樣，家庭、學校、社會到處呈現男強女弱、男主動女被動、男外女內，男陽剛女陰柔的刻板印象與現象(余嬪，民88)。

另一方面，同儕團體的壓力上，男生休閒時的「兄弟哥

兒們」的感情一旦建立，即使有時該活動並無明顯陽剛特質時，往往女性也很難加入，反之亦然(余嬪，民 88)。許多男女生在學校參與休閒活動時，缺乏與異性往來的機會，也甚少有社交技巧的訓練，容易造成以後步入社會或休閒時，常常會緊張，不知如何自處，而很不自在。

在刻板印象與歧視上，由於在父權社會中，女性常是弱勢，在休閒方面也常是被歧視的對象。如在體能或智能活動上，「女必不如男」的以偏蓋全現象等(余嬪，民 88)。

綜合以上得知，唯有在休閒時有充裕的機會自由自主，個人才有機會認識自己、做更多的嘗試和達到自我實現。男女兩性的休閒都應被鼓勵在生理、心理、社會、智能、精神各層面的試探與均衡的發展，給予男、女生機會培養自我責任感、能承擔自己休閒行為的後果、能為自己的休閒經驗的品質負責。而培植社區知識青少年及成人成為休閒活動輔導方案的領袖。主要步驟如下(洪貴真，民 85)：

首先，在教育發展及休閒輔導與領袖訓練層面上，可舉辦如休閒活動安全法律條文、醫療護理、衛生常識、人際關係與溝通技巧訓練班，以增強工作人員的說服及表達能力、團體協商及矯治性輔導網路。

其次，休閒活動與空間開發的設計層面上，設計規劃育樂活動方案及開發休閒場地與空間以取代酗酒、開車、吸毒與抽菸並聯合藝文界、軍事單位、大學院校舉辦各項休閒活動。

而個人成長團體互動營，乃是以增強成人及青少年成長空間為主，所舉辦的成人及青少年聯盟座談會，旨在考量成人及青少年對休閒活動的體認，以休閒活動創事業，以專業

技巧創民間休閒事業與輔導為主題的座談會，連結周邊數區人士、教師，腦力激盪以求輔導工作之改進。

最後，可藉由健康祥和社區理念的宣導，講求社區環境的改造，永續經營社區之理念。透過休閒輔導協助青少年瞭解新知識，改變態度、養成健康習慣，營造祥和的家庭、學校及社區。

休閒本身應含教育與輔導，基本上休閒教育應是由小到大持續不斷的歷程，會隨著不同年齡與認知有不同的目標，但整體而言即是一種生活；二十年前之休閒尚未普及化，因此常被誤認為浪費、奢侈，因此，休閒輔導 (leisure counseling) 即會成為明日輔導界之重要議題，尤其是在未有休閒洗禮下長大的這一代，既要接受現代化社會休閒之壓力，如假期過後辦公室之熱門話題，又要在社會壓力下養育下一代，如此雙重壓力之結合，將會促使休閒輔導的工作更加受到重視 (鄭如安，民 87)。

四、輪調式建教合作學生之休閒輔導

目前有部分高職學校仍在推行建教合作教育方式，「其中又以輪調式建教合作較為普遍，輪調方式是讓學生在學校上理論課，在合作工廠接受工作技能的訓練」(葉眉君，民 89，p.48)，每一至三個月定期實施輪調，然而在工廠學習技能的時間有時長達三個月，這段期間學生必須都待在工廠，對他們而言必須同時兼具學生和工廠員工的身份，要如何調整自己的心態以及生活環境的適應是很重要的，此時學校之休閒輔導工作對於這些學生就多了一份責任。

學校必須能根據建教生的需求以及實習場所的環境等等給予學生在生活上、精神上的引導與支持，針對輪調式建教

生之休閒輔導可行的實施方式，如建教生要懂得運用自己的休閒時間，多參加有益身心的活動，無論是靜態或動態的，這樣也能多交些朋友，充實自己的生活，擴展自己的生活圈，學校和實習場所可以利用假日舉辦一些休閒活動，好讓所有的建教生和員工都能一起參與(葉眉君，民 89)。

第三章 研究設計

本章旨在說明研究方法與架構，共分為六節：第一節為研究對象；第二節為研究架構；第三節為研究流程；第四節為研究工具；第五節為問卷調查；第六節為資料分析。

第一節 研究對象

本研究以九十一學年度國內高級中等學校參與辦理工業輪類調式建教合作班六個學校的學生為研究對象，包括機械科、電機科、電子科、資訊科、汽修科等科別，以隨機抽樣的方式來抽取樣本，抽取樣本為 500 人，如下表 3-1 所示。

表 3-1 問卷調查分析表

學校名稱	工業類建教班級數															學校問卷份數
	機械科			電機科			電子科			資訊科			汽修科			
	一年級	二年級	三年級	一年級	二年級	三年級	一年級	二年級	三年級	一年級	二年級	三年級	一年級	二年級	三年級	
沙鹿高工	1	1	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	40
秀水高工	1	1	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	40
大成大商工	0	0	0	0	0	0	1	1	1	2	1	2	1	2	1	150
協志高商	0	0	0	0	1	0	1	1	0	2	2	2	0	0	0	50
萬能高商工	0	0	0	1	1	1	0	0	0	2	2	2	1	1	0	100
高苑高商工	1	1	1	1	1	1	0	0	0	1	1	1	1	1	1	120
合計	4	4	4	2	3	2	3	3	2	9	7	9	5	7	5	500

第二節 研究架構

為求客觀分析高職輪調式建教合作學生休閒活動現況與休閒輔導需求之了解，依據研究目的，並經由文獻蒐集，提出本研究架構，詳如圖 3-1 所示。

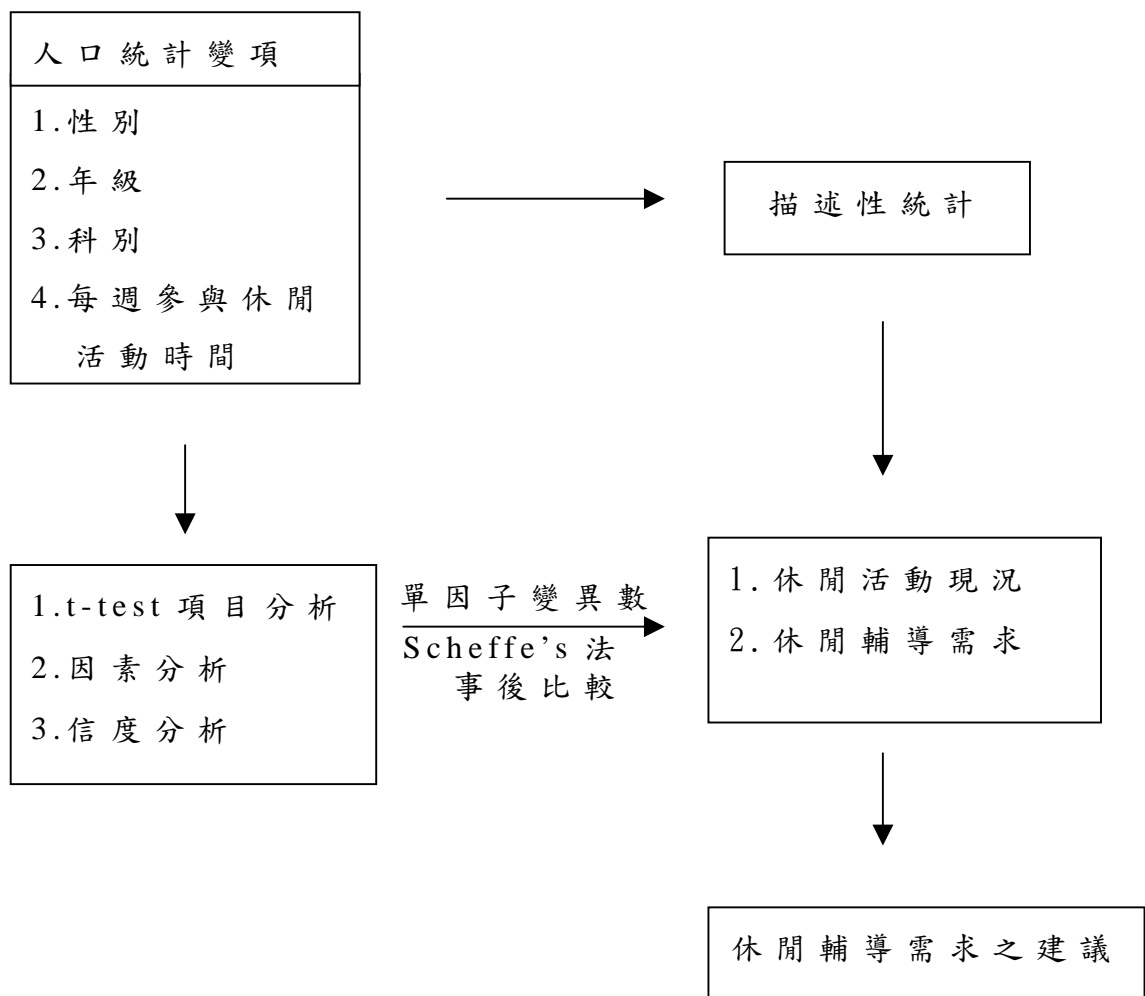


圖 3-1 研究架構

第三節 研究流程

本研究旨在探討高職工業類輪調式建教合作學生的休閒活動現況及休閒輔導的需求，依據研究背景與動機，確定研究題目及研究目的，再進行文獻蒐集及分析，接下來再做研究設計。本研究進行之步驟依序說明如下，並以圖 3-2 示之。

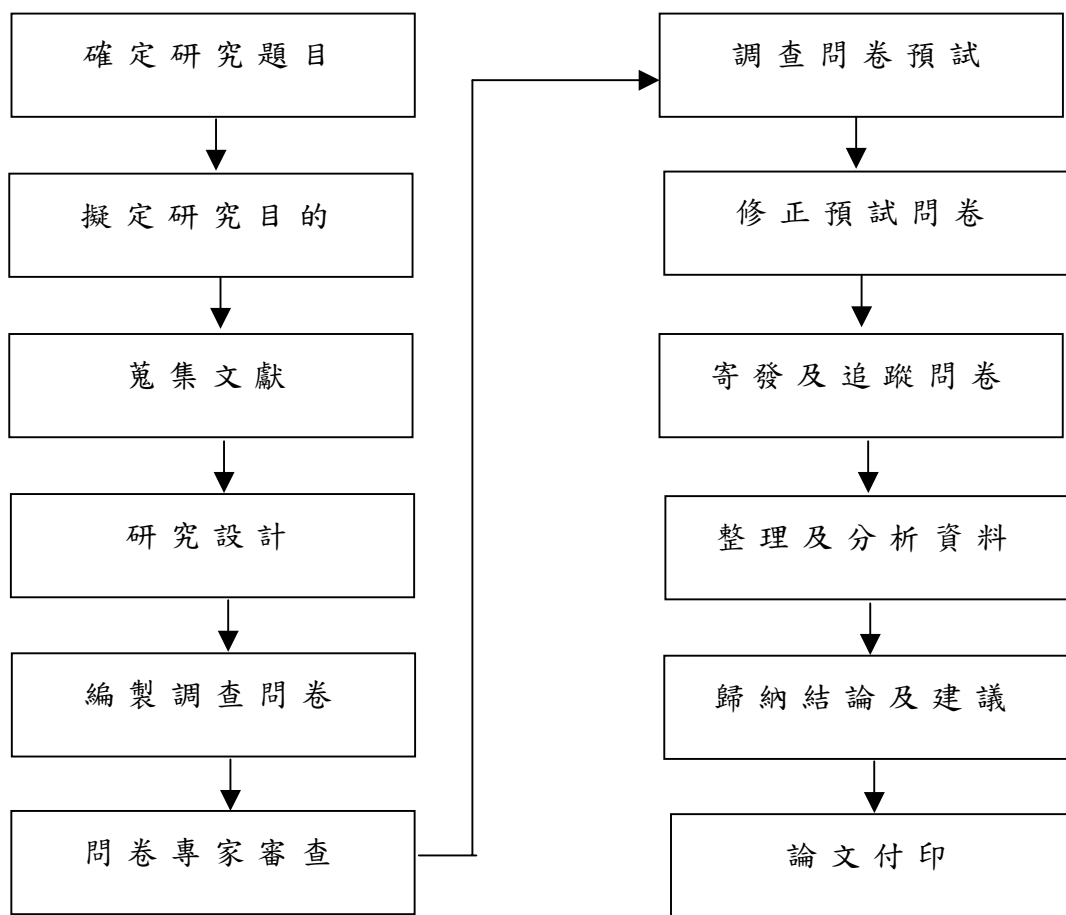


圖 3-2 研究流程圖

第四節 研究工具

一、預試問卷的編製

本研究預試問卷，係根據文獻探討，並參考盧英娟(民90)之「高職學生休閒活動調查問卷」，編製成「高職工業類輪調式建教合作學生休閒活動調查問卷」，分為個人基本資料、休閒活動現況及休閒輔導需求。

個人基本資料有性別，分男、女學生兩組；年級，分一年級、二年級、三年級三組；科別，分機械科、電機科、電子科、資訊科、汽修科五種；每週參與休閒活動時間，分為一小時以下、一～二小時、二～三、小時、三～四小時、四～五小時、五小時以上。休閒活動現況部份，包含參與休閒活動的動機、無法參加休閒活動的原因、心情不好時所從事的休閒活動、參加學校社團的收穫、學校提供的休閒活動服務，皆以封閉式的方式填答。休閒輔導需求部份，包含對資源層面的需求、認知層面的需求、人際互動層面的需求、場館設施層面的需求、技能層面的需求。

二、專家效度

本研究預試問卷初稿完成後，為提高問卷內容效度，經指導教授初步審核後，並煩請對休閒活動頗有研究之二位大學教授，針對問卷內容與研究目的，就文字排版、題意是否適切、語詞修飾是否表達清楚、以及是否符合問卷設計的原則等項目加以評定，經參酌再修正完成本調查研究之預式問卷。

三、預試實施

本研究問卷在經專家學者審查修正後，擇定私立中山高級工商職業學校機械科、電子科、資訊科、汽修科為預試樣本，於九十二年三月三日以限時郵寄進行問卷試填。於九十二年三月十二日回收，發放問卷 100 份，回收後得有效問卷 100 份，問卷回收率 100%，如表 3-2 所示。

表 3-2 問卷預試樣本分析表

校別	機械科	電子科	資訊科	汽修科	樣本份數
私立中山高級工商職業學校	25	25	25	25	100

四、休閒輔導需求量表

本研究之高職工業類輪調式建教合作學生休閒輔導需求量表設計採李克特式五分量表予以計分，計分方式為「非常需要」者給 5 分、「需要」者給 4 分、「有點需要」者給 3 分、「不需要」者給 2 分、「非常不需要」者給 1 分。

(一)項目分析

休閒輔導需求量表採用內部一致性效標法，進行篩選。內部一致性效標法是將所有受試者在預試量表的得分總和依高低分排序，然後由最高分算起 25% 為高分組，最低分之 25% 為低分組。再以 t-test 考驗高低二組在題項上的差異，項目分析之 t 值達顯著水準 ($p < .05$) 時，即表示該題能鑑別不同受試者的反應程度，此為選題的依據，反之者應予刪除(吳明隆，民 89)。所得結果如下表 3-3 所示。

表 3-3 休閒輔導需求題項鑑別表

題 號	t 值顯著性
1. 我需要休閒輔導幫助我，瞭解「休閒」的涵義	.000*
2. 我需要休閒輔導幫助我，瞭解休閒生活的重要性	.000*
3. 我需要休閒輔導幫助我，瞭解休閒與社會的關連性	.000*
4. 我需要休閒輔導幫助我，瞭解休閒與家庭的關連	.000*
5. 我需要休閒輔導幫助我，瞭解休閒方式和個人生活型態的關係	.000*
6. 我需要休閒輔導幫助我，瞭解休閒活動所包含的種類	.000*
7. 我需要休閒輔導幫助我，瞭解自己具有哪些休閒知識和能力	.000*
8. 我需要休閒輔導幫助我，瞭解各方面休閒活動的基本技巧	.000*
9. 我需要休閒輔導幫助我，瞭解提昇休閒活動技巧的方式	.000*
10. 我需要休閒輔導幫助我，瞭解「正當」與「非正當」休閒活動	.000*
11. 我需要休閒輔導幫助我，瞭解從事休閒活動的目的何在	.000*
12. 我需要休閒輔導幫助我，瞭解如何選擇適合自己的休閒活動	.000*
13. 我需要休閒輔導幫助我，瞭解安排休閒活動的方法	.000*
14. 我需要休閒輔導幫助我，瞭解蒐集休閒活動資訊的途徑	.000*
15. 我需要休閒輔導幫助我，瞭解休閒活動的設施軟體有哪些	.000*
16. 我需要休閒輔導幫助我，發覺自己的休閒興趣所在	.000*
17. 我需要休閒輔導幫助我，發覺對休閒生活的期望	.000*
18. 我需要休閒輔導幫助我，學習休閒活動中的人際互動方式	.000*
19. 我需要休閒輔導幫助我，瞭解休閒與健康的重要性	.000*
20. 我需要休閒輔導幫助我，達到健全的人格發展	.000*
21. 我需要休閒輔導幫助我，瞭解做人處世之道	.000*
22. 我需要休閒輔導幫助我，增進團體之合群	.000*
23. 我需要休閒輔導幫助我，瞭解壓力發洩之管道	.000*
24. 我需要休閒輔導幫助我，瞭解休閒活動的設施硬體有哪些	.000*
25. 我需要休閒輔導幫助我，瞭解提昇休閒活動體能的方式	.000*
26. 我需要休閒輔導幫助我，瞭解休閒活動的組織有哪些	.000*

* $p < .05$.

(二) 因素分析

因素分析是以主要成份因素分析抽取因素，以最大變異法正交轉軸，取特徵值大於 1 及因素負荷量大於 0.4 以上，作為建構效度之取捨標準。休閒輔導需求量表經因素分析後，發現皆達顯著標準，故保留不予以刪除，如表 3-3 所示。KMO 值為 .836，Bartlett 球形檢定近似卡方分配值為 1594.509，(自由度為 325， $P < .001$) 達顯著水準，如表 3-4 所示。此資料適合進行因素分析(邱皓政，民 89；吳明隆，民 89)。

表 3-4 KMO 與 Bartlett 檢定表

Kaiser-Meyer-Olkin Measure of Sampling Adequacy		.836
Bartlett's Test Sphericity	Approx. Chi-square	1594.509
	df	325
	Sig.	.000

特徵值均大於 1 ($\lambda \geq 1$) 的因素共有五個， λ 分別為 4.674、3.553、3.277、3.060、3.056，都符合因素分析的要求，且其解釋變異量也高達 67.773%，如表 3-5 所示。五個共同因素命名為「資源層面」、「認知層面」、「人際互動層面」、「場館設施層面」、「技能層面」，如表 3-6 所示。

表 3-5 解說總變異量表

成 份	轉軸平方和負荷量		
	總 和	變異數的%	累積%
1	4.674	17.978	17.978
2	3.553	13.666	31.643
3	3.277	12.605	44.248
4	3.060	11.769	56.018
5	3.056	11.755	67.773

(三) 信度考驗

在信度分析方面預試量表的信度採 Cronbach α 考驗之內部一致性。一般而言，信度係數在 .70 以上即具有可靠性，並可為接受水準；若低於 .60 則需加以拒絕(吳明隆，民 89；Nunnally,1978)。私立中山高級工商職業學校學生休閒輔導需求量表所有題目之 Cronbach α 係數皆在 .9472~.9493 之間，如表 3-6 所示，五個共同因素的 α 係數都在 .60 以上，總量表整體 Cronbach α 為 .9499，代表此量表信度極佳。

- a. 共同因素一：資源層面之 Cronbach $\alpha = .8313$
- b. 共同因素二：認知層面之 Cronbach $\alpha = .8478$
- c. 共同因素三：人際互動層面之 Cronbach $\alpha = .9050$
- d. 共同因素四：場館設施層面之 Cronbach $\alpha = .7982$
- e. 共同因素五：技能層面之 Cronbach $\alpha = .8248$

表 3-6 轉軸後的成分矩陣與信度分析

題 號 內 容	因素負荷量	α 係數
4. 我需要休閒輔導幫助我，瞭解休閒與家庭的關連性	.6279	.7988
5. 我需要休閒輔導幫助我，瞭解休閒方式和個人生活型態的關係	.6135	.8026
10. 我需要休閒輔導幫助我，瞭解「正當」與「非正當」休閒活動	.5698	.8161
11. 我需要休閒輔導幫助我，瞭解從事休閒活動的目的何在	.7399	.7636
14. 我需要休閒輔導幫助我，瞭解蒐集休閒活動資訊的途徑	.6094	.8032
因素一 資源層面 $\alpha = .8313$		
1. 我需要休閒輔導幫助我，瞭解「休閒」的涵義	.6386	.8210
2. 我需要休閒輔導幫助我，瞭解休閒生活的重要性	.6583	.8170
3. 我需要休閒輔導幫助我，瞭解休閒與社會的關連性	.6739	.8142
16. 我需要休閒輔導幫助我，發覺自己的休閒興趣所在	.6749	.8137
17. 我需要休閒輔導幫助我，發覺對休閒生活的期望	.6899	.8110
23. 我需要休閒輔導幫助我，瞭解壓力發洩之管道	.4445	.8551
因素二 認知層面 $\alpha = .8478$		
12. 我需要休閒輔導幫助我，瞭解如何選擇適合自己的休閒活動	.7522	.8868
13. 我需要休閒輔導幫助我，瞭解安排休閒活動的方法	.5364	.9096
18. 我需要休閒輔導幫助我，學習休閒活動中的人際互動方式	.6395	.8990
19. 我需要休閒輔導幫助我，瞭解休閒與健康的重要性	.7472	.8874
20. 我需要休閒輔導幫助我，達到健全的人格發展	.8322	.8775
21. 我需要休閒輔導幫助我，瞭解做人處世之道	.8076	.8800
22. 我需要休閒輔導幫助我，增進團體之合群	.7049	.8922
因素三 人際互動層面 $\alpha = .9050$		

(表 3-6 接下表)

(表 3-6 承上表)

題 號 內 容	因素負荷量	α 係數
15.我需要休閒輔導幫助我，瞭解休閒活動的設施軟體有哪些	.4836	.8085
24.我需要休閒輔導幫助我，瞭解休閒活動的設施硬體有哪些	.6913	.7063
25.我需要休閒輔導幫助我，瞭解提昇休閒活動體能的方式	.6228	.7417
26.我需要休閒輔導幫助我，瞭解休閒活動的組織有哪些	.6514	.7274
因素四 場館設施層面 $\alpha = .7982$		
6.我需要休閒輔導幫助我，瞭解休閒活動所包含的種類	.6795	.7652
7.我需要休閒輔導幫助我，瞭解自己具有哪些休閒知識和能力	.5984	.8017
8.我需要休閒輔導幫助我，瞭解各方面休閒活動的基本技巧	.7458	.7318
9.我需要休閒輔導幫助我，瞭解提昇休閒活動技巧的方式	.5789	.8098
因素五 技能層面 $\alpha = .8248$		

總量表信度 $\alpha = .9499$

第五節 問卷調查

本研究透過預試及專家內容效度修正後之正式問卷，以限時郵寄方式遞送實測，於民國九十二年三月二十八日全部寄發，共寄 6 所學校。

學校問卷請各校實習主任或建教組長轉送給各科學生填答，於民國九十二年四月三十日前代為回收寄回。6 校共寄出 500 份問卷，合計回收 458 份，剔除 116 份無效問卷，得到有效問卷 342 份，回收率 92%，回收情形如表 3-7。

表 3-7 問卷回收情形表

編號	學校名稱	科別	寄出份數	回收份數	有效問卷	回收率
1	沙鹿高工	機械科	40	40	34	100%
2	秀水高工	機械科	40	40	28	100%
3	大成商工	電子科	100	89	65	89%
		汽修科	50	45	35	90%
4	協志高中	資訊科	50	38	24	76%
5	萬能工商	電機科	50	47	35	94%
		資訊科	50	50	33	100%
6	高苑工商	機械科	20	20	15	100%
		電機科	50	43	37	86%
		汽修科	50	46	36	92%
合計			500	458	342	92%

第六節 資料分析

本研究調查問卷回收後，進行資料處理，以 SPSS for Windows 10.0 套裝軟體進行資料處理。所得資料分別進行 *t* 檢定 (independent *t* test) 項目分析、因素分析、信度分析、描述性統計、單因子變異數分析 (one-way ANOVA) 及 Scheffe's 法事後比較等統計分析，並以 $\alpha < .05$ 為統計顯著水準。

第四章 研究結果與討論

本章將依據研究目的，針對問卷調查所得到的結果，加以分析，旨在瞭解高職工業類輪調式建教合作學生的休閒活動現況、休閒輔導需求。本章內容共分為五節以陳述分析結果。第一節人口變項的描述統計；第二節休閒活動現況之分析；第三節不同人口統計變項對休閒輔導需求的描述統計；第四節不同人口統計變項之單因子變異數分析考驗；第五節綜合討論分析。

第一節 人口變項的描述統計

本節是針對不同背景變項的人口統計特性做描述性統計，在人口統計變項中分別以性別、年級、科別及每週參與休閒活動時間來加以描述分析。

一、性別變項

在性別變項分佈情形中，以男性抽樣人數最多為 290 人，佔全部人數 84.8%；女性為 51 人，佔全部人數 14.9% (N = 342)，詳如表 4-1 所示。

表 4-1 不同性別人數之次數分配表

性別	次數	百分比	累積百分比
男性	290	84.8%	85.0%
女性	51	14.9%	100.0%
遺漏值	1	.3%	
總和	342	100.0%	

二、年級變項

在年級變項分佈情形中，以一年級居多為 128 人，佔全部人數 37.4%；其次為三年級 120 人，佔全部人數 35.1%；最少人數為二年級 94 人，佔全部人數 27.5% (N=342)，詳如表 4-2 所示。

表 4-2 不同年級人數之次數分配表

年 級	次 數	百分比	累積百分比
一年級	128	37.4%	37.4%
二年級	94	27.5%	64.9%
三年級	120	35.1%	100.0%
總 和	342	100.0%	

三、科別變項

在科別變項分佈情形中，機械科為 77 人，佔全部人數 22.5%；電機科為 63 人，佔全部人數 18.4%；電子科為 50 人，佔全部人數 14.6%；資訊科為 75 人，佔全部人數 21.9%；汽修科為 76 人，佔全部人數 22.2%。其中機械科學生人數明顯居多，電子科人數最少 (N=342)，詳如表 4-3 所示。

表 4-3 不同科別人數之次數分配表

科 別	次 數	百分比	累積百分比
機 械 科	77	22.5%	22.6%
電 機 科	63	18.4%	41.1%
電 子 科	50	14.6%	55.7%
資 訊 科	75	21.9%	77.7%
汽 修 科	76	22.2%	100.0%
遺 漏 值	1	.3%	
總 和	342	100.0%	

四、每週參與休閒活動時間

在每週參與休閒活動時間分佈情形中，每週參與休閒活動時間一小時以下有 31 人，佔全部人數 9.1%；一小時～二小時有 62 人，佔全部人數 18.1%；二小時～三小時有 48 人，佔全部人數 14.0%；三小時～四小時有 36 人，佔全部人數 10.5%；四小時～五小時有 37 人，佔全部人數 10.8%；五小時以上有 118 人，佔全部人數 34.5%。其中每週參與休閒活動時間以五小時以上人數明顯居多，一小時以下人數最少 (N = 342)，詳如表 4-4 所示。

表 4-4 每週不同參與休閒活動時間人數之次數分配表

參與時間	次數	百分比	累積百分比
一小時以下	31	9.1%	9.3%
一小時～二小時	62	18.1%	28.0%
二小時～三小時	48	14.0%	42.5%
三小時～四小時	36	10.5%	53.3%
四小時～五小時	37	10.8%	64.5%
五小時以上	118	34.5%	100.0%
遺漏值	10	2.9%	
總和	342	100.0%	

第二節 休閒活動現況之分析

計算第一題到第五題之複選題被選填次數及所佔百分比，其結果如表 4-5 所示。

於第一題「您參與休閒活動的動機是什麼」方面，在選填次數最多為「讓心情愉快」；選填次數最少為「其他」；選擇其他的動機有尋找自己興趣、被逼、無聊、找尋樂趣和刺激、吃飽太閒、賺錢。可知本研究學生參與休閒活動的動機，依選填次數的多寡前三個動機依序為讓心情愉快、紓解壓力、消磨時間。

在第二題「影響您無法或不想參加休閒活動的原因是什麼」方面，選填次數最多為「時間不足」；選填次數最少為「其他」；選擇其他的原因有缺乏休息時間、住宿不方便、打工、沒得選擇、學校沒辦、無聊、有傷在身、交不到朋友、社團

名額太少、大考要到了，無原因。本研究影響學生無法(或不想)參加休閒活動的原因，依選填次數的多寡前三個原因依序為時間不足、沒有友伴、交通不便。

在第三個題目「當您心情不好時，您常做哪些休閒活動」方面，選填次數最多為「聽音樂」；選填次數最少為「去 PUB 跳舞」；本研究當學生心情不好時，常從事的休閒活動，依選填次數的多寡前三項依序為聽音樂、找朋友聊天、逛街。

在第四個題目「參加學校社團活動您覺得有哪些收穫」方面，選填次數最多為「認識新朋友」；選填次數最少為「其他」；選擇其他選項原因有消磨時間、可以自由活動、可以打籃球、可以聊天、加強能力、吸收新知、自我充實、瞭解自己、跳舞、減少生活中的無趣感、學校時常沒在辦社團。可知本研究學生參加社團的收穫，依選填次數的多寡前三項依序為認識新朋友、培養興趣、促進情感交流。

在第五個題目「您覺得本校有提供哪些休閒活動的服務」方面，選填次數最多為「休閒活動場地的開放」；選填次數最少為「其他」；選擇其他選項，項目有學習語言空間、開放宿舍活動空間、固定活動時間、除體育課外提供服務相當稀少、都還好、不知道。本研究影響學生認為學校有提供哪些休閒活動的服務方面，依選填次數的多寡前三項依序為休閒活動場地的開放、休閒書籍(雜誌)、課後休閒活動的安排。

表 4-5 複選題的次數分配表

題目名稱	複選項	選填次數	百分比
一、您參與的休閒活動是？	1. 促進身體健康	129	37.7%
	2. 讓心情愉快	225	65.8%
	3. 消磨時間	146	42.7%
	4. 增加社交經驗	42	12.3%
	5. 學習運動技能	74	21.6%
	6. 獲取成就感	45	13.2%
	7. 紓解壓力	153	44.7%
	8. 改變人生觀	12	3.5%
	9. 追求知識	34	9.9%
	10. 增進體能	67	19.6%
	11. 認識異性	63	18.4%
	12. 其他	6	1.8%
二、影響您無法參加(或不想參加)的原因？	1. 時間不足	163	47.7%
	2. 交通不便	123	36.0%
	3. 費用太高	120	35.1%
	4. 缺乏指導	31	9.1%
	5. 沒有友伴	124	36.3%
	6. 沒有興趣	117	34.2%
	7. 缺乏體力	34	9.9%
	8. 課業繁重	29	8.5%
	9. 場地不足(或欠佳)	55	16.1%
	10. 資訊不足	28	8.2%
	11. 缺乏技巧	42	12.3%
	12. 家人不支持	34	9.9%
	13. 懶得動	63	18.4%
	14. 設備不足(或欠佳)	40	11.7%
	15. 其他	4	1.2%
三、當您心情不好時，您常做些活動？	1. 唱歌	77	22.5%
	2. 去 PUB 跳舞	14	4.1%
	3. 喝酒	24	7.0%
	4. 找朋友聊天	162	47.4%
	5. 逛街	110	32.2%
	6. 聽音樂	252	73.7%
	7. 騎車	31	9.1%
	8. 散步	68	19.9%
	9. 運動	104	30.4%
	10. 看書	33	9.6%
	11. 吃零食	38	11.1%
	12. 打牌	24	7.0%
	13. 購物(花錢)	30	8.8%
	14. 其他	43	12.6%
四、參加學校社團活動有收穫？	1. 認識新朋友	210	61.4%
	2. 促進情感交流	101	29.5%
	3. 促進身體健康	97	28.4%
	4. 紓解工作或學業壓力	99	28.9%
	5. 促進自我實現	58	17.0%
	6. 培養領導能力	36	10.5%
	7. 培養第二技能	77	22.5%
	8. 啟發智慧、激發創造力	56	16.4%
	9. 沒有收穫、無聊	34	9.9%
	10. 培養興趣	132	38.6%
	11. 其他	13	3.8%
五、您覺得學校提供的休閒活動有提供服務？	1. 休閒的書籍(雜誌)	134	39.2%
	2. 課後的活動場地	110	32.2%
	3. 休閒活動的開放	186	54.4%
	4. 休閒活動技巧的指導	76	22.2%
	5. 協助利用閒暇的時的知識	73	21.3%
	6. 教導有休閒活動的知識	89	26.0%
	7. 沒有提供	103	30.1%
	8. 其他	7	2.0%

第三節 不同人口統計變項對休閒輔導需求調查結果

本節是針對不同人口統計變項對高職工業類輪調式建教合作學生休閒輔導需求之調查結果，在人口統計變項中分別以性別、年級、科別、每週參與休閒活動時間來加以描述分析。

一、不同性別之調查結果

由表 4-6 得知，高職工業類輪調式建教合作學生在資源層面，學生人數為 330 人，男性為 380 人，女性為 50 人；男性之平均數為 3.2750，女性之平均數為 3.2520，需求標準均屬普通需求；總和平均數為 3.2715，需求標準屬普通需求。認知層面，學生人數為 336 人，男性為 285 人，女性為 51 人；男性之平均數為 3.2889，女性之平均數為 3.4216，需求標準均屬普通需求；總和平均數為 3.3090，需求標準屬普通需求。

人際互動層面，學生人數為 332 人，男性為 285 人，女性為 47 人；男性之平均數為 3.4677，需求標準屬普通需求；女性之平均數為 3.5319，需求標準屬高度需求；總和平均數為 3.4768，需求標準屬普通需求。場館設施層面，學生人數為 339 人，男性為 288 人，女性為 51 人；男性之平均數為 3.3793，女性之平均數為 3.2402，需求標準均屬普通需求；總和平均數為 3.3584，需求標準屬普通需求。技能層面，學生人數為 328 人，男性為 278 人，女性為 50 人；男性之平均數為 3.4433，女性之平均數為 3.4550，需求標準均屬普通需求；總和平均數為 3.4451，需求標準屬普通需求。

有關休閒輔導需求標準之計算係依平均數得分轉換而得，需求標準以平均數 1.5000 以下為無需求，1.5001~2.5000 為低度需求，2.5001~3.5000 為普通需求，3.5001~4.5000 為高度需求，4.5001 以上為強烈需求。本研究需求標準若平均數大於 3.0000(60%) 以上，則顯示高職工業類輪調式建教合作學生在休閒輔導需求上是有需求的。

表 4-6 不同性別對高職工業類輪調式建教合作學生
休閒輔導需求之調查結果量表

休閒輔導需求	性別	次數	平均數	標準差	需求標準
資源層面	男性	280	3.2750	.7800	普通需求
	女性	50	3.2520	.7546	普通需求
	總和	330	3.2715	.7751	普通需求
認知層面	男性	285	3.2889	.7476	普通需求
	女性	51	3.4216	.6619	普通需求
	總和	336	3.3090	.7358	普通需求
人際互動層面	男性	285	3.4677	.7932	普通需求
	女性	47	3.5319	.6483	高度需求
	總和	332	3.4768	.7738	普通需求
場館設施層面	男性	288	3.3793	.8261	普通需求
	女性	51	3.2402	.7297	普通需求
	總和	339	3.3584	.8129	普通需求
技能層面	男性	278	3.4433	.7760	普通需求
	女性	50	3.4553	.7571	普通需求
	總和	328	3.4451	.7720	普通需求

二、不同年級之調查結果

由表 4-7 得知，高職工業類輪調式建教合作學生在資源層面，學生人數為 331 人，一年級學生為 121 人，二年級學生為 94 人，三年級學生為 116 人；一年級學生之平均數為 3.2512，二年級學生之平均數為 3.2787，三年級學生之平均數為 3.2828，一、二、三年級學生需求標準均屬普通需求；總和平均數為 3.2701，需求標準屬普通需求。認知層面，學生人數為 337 人，一年級學生為 128 人，二年級學生為 92 人，三年級學生為 117 人；一年級學生之平均數為 3.3177，二年級學生之平均數為 3.3116，三年級學生之平均數為 3.2949，一、二、三年級學生需求標準均屬普通需求；總和平均數為 3.3081，需求標準屬普通需求。

人際互動層面，學生人數為 333 人，一年級學生為 125 人，二年級學生為 93 人，三年級學生為 115 人；一年級學生之平均數為 3.4949，二年級學生之平均數為 3.4378，三年級學生之平均數為 3.4845，一、二、三年級學生需求標準均屬普通需求；總和平均數為 3.4753，需求標準屬普通需求。場館設施層面，學生人數為 340 人，一年級學生為 126 人，二年級學生為 94 人，三年級學生為 120 人；一年級學生之平均數為 3.4048，二年級學生之平均數為 3.3138，三年級學生之平均數為 3.3417，一、二、三年級學生需求標準均屬普通需求；總和平均數為 3.3574，需求標準屬普通需求。

技能層面，學生人數為 329 人，一年級學生為 124 人，二年級學生為 90 人，三年級學生為 115 人；一年級學生之平均數為 3.5444，需求標準屬高度需求；二年級學生之平均數為 3.4417，三年級學生之平均數為 3.3304，二、三年級學生

需求標準屬普通需求；總和平均數為 3.4415，需求標準屬普通需求。

表 4-7 不同年級對高職工業類輪調式建教合作學生
休閒輔導需求之調查結果量表

休閒輔導需求	年級	次數	平均數	標準差	需求標準
資源層面	一年級	121	3.2512	.8175	普通需求
	二年級	94	3.2787	.8119	普通需求
	三年級	116	3.2828	.6998	普通需求
	總和	331	3.2701	.7744	普通需求
認知層面	一年級	128	3.3177	.7623	普通需求
	二年級	92	3.3116	.7372	普通需求
	三年級	117	3.2949	.7083	普通需求
	總和	337	3.3081	.7349	普通需求
人際互動層面	一年級	125	3.4949	.8167	普通需求
	二年級	93	3.4378	.7600	普通需求
	三年級	115	3.4845	.7396	普通需求
	總和	333	3.4753	.7730	普通需求
場館設施層面	一年級	126	3.4048	.8555	普通需求
	二年級	94	3.3138	.8189	普通需求
	三年級	120	3.3417	.7621	普通需求
	總和	340	3.3574	.8119	普通需求
技能層面	一年級	124	3.5444	.8196	高度需求
	二年級	90	3.4417	.7915	普通需求
	三年級	115	3.3304	.6958	普通需求
	總和	329	3.4415	.7736	普通需求

三、不同科別之調查結果

由表 4-8 得知，高職工業類輪調式建教合作學生在資源層面，學生人數為 330 人，機械科學生為 76 人，電機科學生為 62 人，電子科學生為 48 人，資訊科學生為 72 人，汽修科學生為 72 人；機械科學生之平均數為 3.2605，電機科學生之平均數為 3.2548，電子科學生之平均數為 3.1250，資訊科學生之平均數為 3.2611，汽修科學生之平均數 3.4056，所有科別之需求標準均屬普通需求；總和平均數為 3.2715，需求標準屬普通需求。

認知層面，學生人數為 336 人，機械科學生為 76 人，電機科學生為 60 人，電子科學生為 49 人，資訊科學生為 75 人，汽修科學生為 76 人；機械科學生之平均數為 3.2697，電機科學生之平均數為 3.3361，電子科學生之平均數為 3.0918，資訊科學生之平均數為 3.3311，汽修科學生之平均數為 3.4276，所有科別之需求標準均屬普通需求；總和平均數為 3.3051，需求標準屬普通需求。

人際互動層面，學生人數為 332 人，機械科學生為 75 人，電機科學生為 60 人，電子科學生為 50 人，資訊科學生為 73 人，汽修科學生為 74 人；機械科學生之平均數為 3.4610，電機科學生之平均數為 3.4714，電子科學生之平均數為 3.3200，資訊科學生之平均數為 3.3992，四個科別之需求標準均屬普通需求；汽修科學生之平均數 3.6680，需求標準屬高度需求；總和平均數為 3.4742，需求標準屬普通需求。

場館設施層面，學生人數為 339 人，機械科學生為 77 人，電機科學生為 63 人，電子科學生為 49 人，資訊科學生為 75 人，汽修科學生為 75 人；機械科學生之平均數為

3.4935，電機科學生之平均數為 3.3016，電子科學生之平均數為 3.0714，資訊科學生之平均數為 3.2467，四個科別之需求標準均屬普通需求；汽修科學生之平均數 3.5600，需求標準屬高度需求；總和平均數為 3.3569，需求標準屬普通需求。

技能層面，學生人數為 328 人，機械科學生為 74 人，電機科學生為 60 人，電子科學生為 50 人，資訊科學生為 72 人，汽修科學生為 72 人；機械科學生之平均數為 3.4831，電子科學生之平均數為 3.3550，資訊科學生之平均數為 3.3542，汽修科學生之平均數 3.4549，四個科別之需求標準均屬普通需求；電機科學生之平均數為 3.5458，需求標準屬高度需求；總和平均數為 3.4405，需求標準屬普通需求。

表 4-8 不同科別對高職工業類輪調式建教合作學生

休閒輔導需求之調查結果量表

休閒輔導需求	科別	次數	平均數	標準差	需求標準
資源層面	機械科	76	3.2605	.7926	普通需求
	電機科	62	3.2548	.7769	普通需求
	電子科	48	3.1250	.7165	普通需求
	資訊科	72	3.2611	.8254	普通需求
	汽修科	72	3.4056	.7400	普通需求
	總和	330	3.2715	.7751	普通需求
認知層面	機械科	76	3.2697	.7087	普通需求
	電機科	60	3.3361	.7239	普通需求
	電子科	49	3.0918	.6641	普通需求
	資訊科	75	3.3311	.7929	普通需求
	汽修科	76	3.4276	.7355	普通需求
	總和	336	3.3051	.7339	普通需求
人際互動層面	機械科	75	3.4610	.8161	普通需求
	電機科	60	3.4714	.7786	普通需求
	電子科	50	3.3200	.6261	普通需求
	資訊科	73	3.3992	.8502	普通需求
	汽修科	74	3.6680	.7173	高度需求
	總和	332	3.4742	.7739	普通需求
場館設施層面	機械科	77	3.4935	.8192	普通需求
	電機科	63	3.3016	.7933	普通需求
	電子科	49	3.0714	.6751	普通需求
	資訊科	75	3.2467	.8557	普通需求
	汽修科	75	3.5600	.8031	高度需求
	總和	339	3.3569	.8131	普通需求
技能層面	機械科	74	3.4831	.7789	普通需求
	電機科	60	3.5458	.7926	高度需求
	電子科	50	3.3550	.5739	普通需求
	資訊科	72	3.3542	.8627	普通需求
	汽修科	72	3.4549	.7887	普通需求
	總和	328	3.4405	.7746	普通需求

四、每週不同參與休閒活動時間之調查結果

由表 4-9 得知，高職工業類輪調式建教合作學生在資源層面，學生人數為 323 人，每週參與休閒活動時間一小時以下學生為 31 人，一至二小時學生為 59 人，二至三小時學生為 46 人，三至四小時學生為 35 人，四至五小時學生為 36 人，五小時以上學生為 116 人；一小時以下學生之平均數為 3.3677，一至二小時學生之平均數為 3.3932，二至三小時學生之平均數為 3.2609，三至四小時學生之平均數為 2.9371，四至五小時學生之平均數為 3.2167，五小時以上學生之平均數為 3.3052，每週參與休閒活動時間之需求標準均屬普通需求；總和平均數為 3.2712，需求標準屬普通需求。

認知層面上，學生人數為 327 人，每週參與休閒活動時間一小時以下學生為 31 人，一至二小時學生為 61 人，二至三小時學生為 47 人，三至四小時學生為 36 人，四至五小時學生為 36 人，五小時以上學生為 116 人；一小時以下學生之平均數為 3.3710，需求標準屬普通需求；一至二小時學生之平均數為 3.5164，需求標準屬高度需求；二至三小時學生之平均數為 3.2092，需求標準屬普通需求；三至四小時學生之平均數為 3.0231，需求標準屬普通需求；四至五小時學生之平均數為 3.2963，需求標準屬普通需求；五小時以上學生之平均數為 3.2917，需求標準屬普通需求；總和平均數為 3.3002，需求標準屬普通需求。

人際互動層面，學生人數為 324 人，每週參與休閒活動時間一小時以下學生為 31 人，一至二小時學生為 62 人，二至三小時學生為 48 人，三至四小時學生為 34 人，四至五小時學生為 34 人，五小時以上學生為 115 人；一小時以下學生

之平均數為 3.5991，一至二小時學生之平均數為 3.6613，需求標準皆屬高度需求；二至三小時學生之平均數為 3.4435，三至四小時學生之平均數為 3.0840，四至五小時學生之平均數為 3.4286，五小時以上學生之平均數為 3.4696，需求標準均屬普通需求；總和平均數為 3.4700，需求標準屬普通需求。

場館設施層面，學生人數為 330 人，每週參與休閒活動時間一小時以下學生為 31 人，一至二小時學生為 62 人，二至三小時學生為 48 人，三至四小時學生為 36 人，四至五小時學生為 37 人，五小時以上學生為 116 人；一小時以下學生之平均數為 3.4516，需求標準屬普通需求；一至二小時學生之平均數為 3.5202，需求標準屬高度需求；二至三小時學生之平均數為 3.2240，三至四小時學生之平均數為 3.1806，四至五小時學生之平均數為 3.4189，五小時以上學生之平均數為 3.3728，需求標準均屬普通需求；總和平均數為 3.3705，需求標準屬普通需求。

技能層面，學生人數為 319 人，每週參與休閒活動時間一小時以下學生為 31 人，一至二小時學生為 59 人，二至三小時學生為 45 人，三至四小時學生為 36 人，四至五小時學生為 36 人，五小時以上學生為 112 人；一小時以下學生之平均數為 3.3710，需求標準屬普通需求；一至二小時學生之平均數為 3.6398，需求標準屬高度需求；二至三小時學生之平均數為 3.4444，三至四小時學生之平均數為 3.3264，四至五小時學生之平均數為 3.3958，五小時以上學生之平均數為 3.3884，需求標準均屬普通需求；總和平均數為 3.4350，需求標準屬普通需求。

表 4-9 每週不同參與休閒活動時間對高職工業類輪調式建教
合作學生休閒輔導需求之調查結果量表

休閒輔導需求	參與時間	次數	平均數	標準差	需求標準
資源層面	一小時以下	31	3.3677	.7985	普通需求
	一至二小時	59	3.3932	.8835	普通需求
	二至三小時	46	3.2609	.7588	普通需求
	三至四小時	35	2.9371	.6394	普通需求
	四至五小時	36	3.2167	.7225	普通需求
	五小時以上	116	3.3052	.7467	普通需求
	總和	323	3.2712	.7720	普通需求
認知層面	一小時以下	31	3.3710	.7450	普通需求
	一至二小時	61	3.5164	.7939	高度需求
	二至三小時	47	3.2092	.6561	普通需求
	三至四小時	36	3.0231	.5857	普通需求
	四至五小時	36	3.2963	.6925	普通需求
	五小時以上	116	3.2917	.7620	普通需求
	總和	327	3.3002	.7348	普通需求
人際互動層面	一小時以下	31	3.5991	.7820	高度需求
	一至二小時	62	3.6613	.8935	高度需求
	二至三小時	48	3.4435	.6696	普通需求
	三至四小時	34	3.0840	.5949	普通需求
	四至五小時	34	3.4286	.7318	普通需求
	五小時以上	115	3.4696	.7625	普通需求
	總和	324	3.4700	.7704	普通需求
場館設施層面	一小時以下	31	3.4516	.7917	普通需求
	一至二小時	62	3.5202	.8448	高度需求
	二至三小時	48	3.2240	.7584	普通需求
	三至四小時	36	3.1806	.7597	普通需求
	四至五小時	37	3.4189	.6949	普通需求
	五小時以上	116	3.3728	.8331	普通需求
	總和	330	3.3705	.8004	普通需求
技能層面	一小時以下	31	3.3710	.8110	普通需求
	一至二小時	59	3.6398	.8111	高度需求
	二至三小時	45	3.4444	.7441	普通需求
	三至四小時	36	3.3264	.6348	普通需求
	四至五小時	36	3.3958	.8523	普通需求
	五小時以上	112	3.3884	.7681	普通需求
	總和	319	3.4350	.7742	普通需求

第四節 不同人口統計變項之單因子變異數分析考驗

一、不同性別之學生在休閒輔導需求上的差異考驗

由表 4-10 得知，不同性別的受試者在休閒輔導需求各層面「資源層面」、「認知層面」、「人際互動層面」、「場館設施層面」、「技能層面」的差異未達顯著水準，顯示不同性別的受試者在「資源層面」、「認知層面」、「人際互動層面」、「場館設施層面」、「技能層面」各層面的休閒輔導需求沒有顯著差異存在。

表 4-10 不同性別之高職工業類輪調式建教合作學生
對休閒輔導需求單因子變異數分析摘要表

層面	變異來源	<i>SS</i>	<i>df</i>	<i>MS</i>	<i>F</i>
資源層面	組間	2.244	1	2.244	.037
	組內	197.650	328	.603	
	總和	197.672	329		
認知層面	組間	.762	1	.762	1.408
	組內	180.623	334	.541	
	總和	181.385	335		
人際互動層面	組間	.167	1	.167	.278
	組內	198.001	330	.600	
	總和	198.168	331		
場館設施層面	組間	.839	1	.839	1.271
	組內	222.490	337	.660	
	總和	223.329	338		
技能層面	組間	5.756	1	5.756	.010
	組內	194.881	326	.598	
	總和	194.887	327		

* $p < .05$.

二、不同年級之學生在休閒輔導需求上的差異考驗

由表 4-11 得知，不同年級的受試者在休閒輔導需求各層面資源層面、認知層面、人際互動層面、場館設施層、技能層面的差異未達顯著水準，顯示不同年級的受試者在資源層面、認知層面、人際互動層面、場館設施層面、技能層面各層面的休閒輔導需求沒有顯著差異存在。

表 4-11 不同年級之高職工業類輪調式建教合作學生
對休閒輔導需求單因子變異數分析摘要表

層面	變異來源	SS	df	MS	F
資源層面	組間	6.862	2	3.431	.057
	組內	197.825	328	.603	
	總和	197.894	330		
認知層面	組間	3.341	2	1.671	.031
	組內	181.447	334	.543	
	總和	181.480	336		
人際互動層面	組間	.188	2	9.417	.157
	組內	198.206	330	.601	
	總和	198.394	332		
場館設施層面	組間	.491	2	.245	.371
	組內	222.966	337	.662	
	總和	223.457	339		
技能層面	組間	2.730	2	1.365	2.299
	組內	193.581	326	.594	
	總和	196.311	328		

* $p < .05$.

三、不同科別之學生在休閒輔導需求上的差異考驗

由表 4-12 得知，高職工業類輪調式建教合作學生在休閒輔導需求中，場館設施層面，有明顯的顯著差異存在 ($F=3.760$)；經事後比較的結果，發現在場館設施層面上，汽修科學生比機械科、電機科、資訊科及電子科學生高度重視休閒輔導需求；另外在資源層面、認知層面、人際互動層面及技能層面的差異未達顯著水準，顯示不同科別的受試者在資源層面、認知層面、人際互動層面及技能層面各層面的休閒輔導需求沒有顯著差異存在。

表 4-12 不同科別之高職工業類輪調式建教合作學生
對休閒輔導需求單因子變異數分析摘要表

層面	變異來源	<i>SS</i>	<i>df</i>	<i>MS</i>	<i>F</i>	<i>Scheffe's</i>
資源層面	組間	2.358	4	.590	.981	
	組內	195.314	325	.601		
	總和	197.672	329			
認知層面	組間	3.573	4	.893	1.672	
	組內	176.853	331	.534		
	總和	180.426	335			
人際互動層面	組間	4.391	4	1.098	1.852	
	組內	193.857	327	.593		
	總和	198.248	331			
場館設施層面	組間	9.628	4	2.407	3.760*	5 > 1 ; 5 > 2
	組內	213.808	334	.640		5 > 4 ; 5 > 3
	總和	223.436	338			
技能層面	組間	1.717	4	.429	.713	
	組內	194.499	323	.602		
	總和	196.216	327			

Scheffe's 事後比較 1 為機械科；2 為電機科；3 為電子科；4 為資訊科；5 為汽修科；* $p < .05$.

四、每週不同參與時間之學生休閒輔導需求的差異考驗

由表 4-13 得知，高職工業類輪調式建教合作學生的認知層面 ($F=2.331$) 及人際互動層面 ($F=2.749$)，有明顯的顯著差異存在；經事後比較得知，在認知層面，每週參與休閒活動時間一至二小時的學生比其他時段高度需要休閒輔導需求；在人際互動層面，每週參與休閒活動時間一至二小時的學生比其他時段高度需要休閒輔導需求，如表 4-13 所示。另外在資源層面、場館設施層面及技能層面的差異未達顯著水準，顯示每週不同參與休閒活動時間的受試者在資源層面、場館設施層面、技能層面在休閒輔導需求沒有顯著差異存在。

表 4-13 每週不同參與休閒活動時間之高職工業類輪調式建
教合作學生對休閒輔導需求單因子變異數分析摘要表

層面	變異來源	SS	df	MS	F	Scheffe's
資源層面	組間	5.319	5	1.064	1.807	
	組內	186.603	317	.589		
	總和	191.922	322			
認知層面	組間	6.168	5	1.234	2.331*	2 > 1 ; 2 > 5 ; 2 > 6
	組內	169.835	321	.529		2 > 3 ; 2 > 4
	總和	176.002	326			
人際互動 層面	組間	7.942	5	1.588	2.749*	2 > 1 ; 2 > 6 ; 2 > 3
	組內	183.746	318	.578		2 > 5 ; 2 > 4
	總和	191.688	323			
場館設施 層面	組間	4.010	5	.802	1.257	
	組內	206.765	324	.638		
	總和	210.774	329			
技能層面	組間	3.330	5	.666	1.113	
	組內	187.258	313	.598		
	總和	190.588	318			

Scheffe's 事後比較 1 為一小時以下為；2 為一至二小時；3 為二至三小時；4 為三至四小時；5 為四至五小時；6 為五小時以上；* $p < .05$.

第五節 綜合討論

本節主要是針對結果進一步做探討，共分為二部份。第一部份是針對高職工業類輪調式建教合作學生休閒活動現況分析；第二部份是針對不同背景變項在高職工業類輪調式建教合作學生休閒輔導需求上做探討。

一、休閒活動現況分析

針對高職工業類輪調式建教合作學生在參與休閒活動動機方面依序為讓心情愉快、消磨時間、紓解壓力、促進身體健康、學習運動技能等，如表 4-14 所示。根據趙麗雲(民 91)統整各研究指出，青少年參與休閒活動的動機以促進健康為主，其次依序為心情愉快、紓解壓力、學習運動技能；本研究與其結果相類似，同時也證明高職工業類輪調式建教合作學生有很正確的觀念，瞭解從事休閒活動可放鬆心情、促進身體健康。

表 4-14 高職工業類輪調式建教合作學生參與休閒活動動機次數的統計五大順序

參與活動動機順序	選填次數	選項
順序一	314	讓心情愉快
順序二	224	消磨時間
順序三	222	紓解壓力
順序四	179	促進身體健康
順序五	95	學習運動技能

在高職工業類輪調式建教合作學生在影響您無法或不想參加休閒活動的原因依序為時間不足、沒有興趣、費用太貴、交通不便、沒有友伴等，如表 4-15 所示。本研究結果與許義雄與陳皆榮(民 82)、張少熙(民 83)、吳嫦娥(民 84)、黃立賢(民 85)、余嬪(民 85)、沈易利(民 87)的研究結果相類似。

表 4-15 高職工業類輪調式建教合作學生無法參與
休閒活動原因次數的統計五大順序

參與活動動機順序	選填次數	選項
順序一	218	時間不足
順序二	181	沒有興趣
順序三	171	費用太貴
順序四	165	交通不便
順序五	160	沒有友伴

當心情不好時，常做的休閒活動方面依序為聽音樂、找朋友聊天、逛街、運動、唱歌等，如表 4-16 所示。

表 4-16 高職工業類輪調式建教合作學生心情不好時常做的
休閒活動次數的統計五大順序

參與活動動機順序	選填次數	選項
順序一	345	聽音樂
順序二	210	找朋友聊天
順序三	147	逛街
順序四	129	運動
順序五	110	唱歌

當學生參加學校社團活動覺得有哪些收穫依序為認識新朋友、培養興趣、促進情感交流、紓解工作或學業壓力、促進身體健康等，如表 4-17 所示。本研究結果與盧英娟(民 90)的研究相似。

表 4-17 高職工業類輪調式建教合作學生參加學校社團活動
收穫次數的統計五大順序

參與活動動機順序	選填次數	選項
順序一	279	認識新朋友
順序二	185	培養興趣
順序三	132	促進情感交流
順序四	127	紓解工作或學業壓力
順序五	126	促進身體健康

學生覺得學校有提供哪些休閒活動的服務依序為休閒活動場地的開放、休閒的書籍或雜誌、沒有提供、課後休閒活動的安排、教導休閒活動的知識等。本研究順序一、二、三結果與盧英娟(民 90)的研究一致，如表 4-18 所示。

表 4-18 高職工業類輪調式建教合作學生覺得本校有提供休
閒活動服務次數的統計五大順序

參與活動動機順序	選填次數	選項
順序一	252	休閒活動場地的開放
順序二	177	休閒的書籍(雜誌)
順序三	159	沒有提供
順序四	143	課後休閒活動的安排
順序五	113	教導休閒活動的知識

二、不同背景變項在休閒輔導需求上之分析討論

(一)不同性別之學生在休閒輔導需求上分析討論

本研究結果所顯示的訊息中發現，不同性別的學生在休閒輔導需求上，未達顯著水準($p > .05$)，亦即高職工業類輪調式建教合作學生與資源層面、認知層面、人際互動層面、場館設施層面及技能層面上不因性別而有所差異。

(二)不同年級之學生在休閒輔導需求上分析討論

本研究結果所顯示的訊息中發現，不同年級的學生在休閒輔導需求上，未達顯著水準($p > .05$)，亦即高職工業類輪調式建教合作學生與資源層面、認知層面、人際互動層面、場館設施層面及技能層面上不因年級而有所差異。

(三)不同科別之學生在休閒輔導需求上之分析討論

本研究結果所顯示的訊息中發現，不同就讀科別的學生在休閒輔導需求上有顯著差異存在($p < .05$)，從單變量 F 值中得知不同就讀科別在資源層面、認知層面、人際互動層面、場館設施層面、技能層面上有差異存在，經 Scheffe's 事後比較更進一步獲悉就讀汽修科的受試者都較就讀電機科、機械科、資訊科及電子科的受試者來的重視休閒輔導需求。

(四)每週不同參與時間之學生在休閒輔導需求分析討論

本研究所顯示的訊息中發現，每週不同參與休閒活動時間的學生在休閒輔導需求上有顯著差異存在($p < .05$)，從單變量 F 值中得知每週不同參與休閒活動時間在場館設施層面及技能層面上有差異存在，經 Scheffe's 事後比較更進一步獲悉每週參與休閒活動時間在四至五小時的受試者都較三至四小時、一至二小時、五小時以上、二至三小時及一小時以下的受試者傾向場館設施層面、技能層面。這顯示每週參與休

閒活動時間的多寡傾向於決定於場地的需求。換言之，經常參與休閒活動的學生，可能比偶爾參與休閒活動的學生，在場地設施上要來的重視。在技能層面上，因為休閒運動技能均要花時間去練習，所以從事某項技能的時間越久，其技能則會越熟練。

第五章 結論與建議

本研究的主要目的在瞭解高職工業類輪調式建教合作學生的休閒活動現況、休閒輔導的需求。在休閒活動現況部份，主要在探討影響休閒活動現況的參與動機、阻礙因素、社團收穫等因素。在休閒輔導需求方面，除了看其平均數、標準差外，並探討各變項間的差異性，藉以提出建議事項，作為擬訂具體的策略幫助高職工業類輪調式建教合作學生具備正確休閒知能之參考。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高職工業類輪調式建教合作學生具備正確休閒知能。

第一節 結論

一、休閒活動現況方面

(一)參與休閒活動的動機

高職工業類輪調式建教合作學生參與休閒活動的動機，主要為讓心情愉快、紓解壓力、消磨時間、促進身體健康、學習運動技能。

(二)影響參加休閒活動的原因

影響高職工業類輪調式建教合作的學生參加休閒活動的原因，主要是時間不足、沒有友伴、交通不便、費用太貴、沒有興趣。

(三)心情不好時，常做的休閒活動

高職工業類輪調式建教合作的學生心情不好時，常做的休閒活動，主要是聽音樂、找朋友聊天、逛街、運動、唱歌。

(四)參加學校社團活動的收穫

高職工業類輪調式建教合作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、促進情感交流、紓解工作或學業壓力、促進身體健康。

(五)學校提供的休閒活動服務

高職工業類輪調式建教合作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、休閒書籍或雜誌、課後休閒活動的安排、沒有提供、教導休閒活動知識。

二、不同背景變項在休閒輔導需求的情形

(一)不同性別的學生

休閒輔導需求方面，在資源層面需求、認知層面需求、人際互動層面需求、場館設施層面需求、技能層面需求均沒有顯著差異存在。

(二)不同年級的學生

休閒輔導需求方面，在資源層面需求、認知層面需求、人際互動層面需求、場館設施層面需求、技能層面需求沒有顯著差異存在。

(三)不同科別的學生

休閒輔導需求方面，在場館設施層面需求有顯著差異存在；經事後比較的結果，發現在場館設施層面上，汽修科學生比電機科、機械科、資訊科及電子科學生更需要休閒輔導；在資源層面需求、認知層面需求、人際互動層面需求、技能層面需求上均沒有顯著差異存在。

(四)每週不同參與休閒活動的時間

休閒輔導需求方面，在資源層面需求、場館設施層面需求、技能層面需求均沒有顯著差異；但在認知層面需求及人

際互動層面需求上卻有顯著差異存在；經事後比較得知，在認知層面，每週參與休閒活動時間以一至二小時比其他時段參與休閒活動時間的學生來得高；在人際互動層面，每週參與休閒活動時間以一至二小時比其他時段參與休閒活動時間的學生來得高。

第二節 建議

一、休閒活動現況之建議

(一)學校應協助規劃學生休閒活動的時間，妥善安排休閒活動。根據本研究發現，學生每週參與休閒活動的時間以四至五小時最多，反應出學生對於課後休閒活動時間的充足。因此，學校應提供更多相關資訊妥善安排學生休閒活動。

(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、沒有興趣、費用太貴、交通不便、沒有友伴、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)男女生宿舍的休閒活動，宜協助安排及規劃休閒活動並增闢設備。高職工業類輪調式建教合作學生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得主要時間，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)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，高職工業類論調式建教合作的學生還是有將近 67 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認識擔任，以教導學生休閒相關知能、提高參與興趣。

二、休閒輔導需求之建議

(一)學校宜加強休閒輔導工作，滿足學生的需求。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。鑑於此，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。

(二)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。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。

(三)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。隨著週休而日的實施，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，免於沉溺不良場所，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。

第三節 後續研究

本研究僅以高職工業類輪調式建教合作學生為施測對象，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、本研究樣本僅限於高職工業類輪調式建教合作班的學生，因此無法推估於所有高職輪調式建教合作班的學生，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性別、年級、科別、每週參與休閒活動時間，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。

參考文獻

一、中文部份

- 文崇一(民 79)。 台灣居民的休閒生活。臺北：東大。
- 王水文(民 83)。 台南市國中學生休閒活動之調查研究。未出版之國立體育學院體育研究所碩士論文，桃園。
- 王素敏(民 85)。 老人的休閒滿意及其休閒教育取向之研究。未出版之國立高雄師範大學成人教育研究所碩士論文，高雄。
- 中華民國全國教育會(民 88)。 青少年休閒運動問卷調查結果。臺北：全教會。
- 行政院青年輔導委員會(民 84)。 青少年白皮書。臺北：行政院青輔會。
- 行政院青年輔導委員會(民 87)。 青少年從事之休閒活動調查報告。臺北：行政院青輔會。
- 行政院體育委員會(民 88)。 我國青少年休閒運動現況需求暨發展對策之研究。臺北：行政院體委會。
- 行政院主計處(民 91)。 重要國情統計 <http://www.dgbas.gov.tw>(民 91.5.30)。
- 江文雄(民 88)。 技術與職業教育概論。臺北：師大。
- 江書良(民 91)。 台北縣國中生休閒運動參與與傾向與場地設施及休閒參與機會之關聯性之研究。未出版之國立台灣師範大學體育研究所碩士論文，臺北。
- 何福田、蔡培村(民 79)。 青少年生活適應與休閒活動規劃之研究。臺北：行政院青輔會。

- 余嬪(民 85)。青少年之休閒活動狀況調查報告。學生輔導，
51, 122-125。
- 余嬪(民 88)。兩性平等的休閒輔導。公教資訊，3(1), 75-80。
- 吳明隆(民 89)。SPSS 統計應用實務。臺北，松崗。
- 吳寶桂(民 68)。個人的人格取向與休閒活動的意義及偏好。
未出版之國立臺灣大學心理研究所碩士論文，臺北。
- 吳榕峯、林琴珠(民 90)。實施輪調式建教合作教育的問題探
討。師友月刊，412，56-60。
- 吳綿(民 90)。談青少年休閒生活的輔導。師友月刊，18-21。
- 吳嫦娥(民 84)。青少年休閒生活輔導手冊。學生輔導通訊，
39，44-49。
- 呂建政(民 88)。休閒教育的課程內涵與實施。公民訓練學報，
8，185-187
- 宋明順(民 81)。休閒與工作：大眾休閒時代的衝擊。社會教
育學刊，21，1-20。
- 李明宗(民 77)。Leisure, recreation, outdoor recreation。戶外
遊憩研究，1(1)，83-86。
- 沈易利(民 89)。臺灣省民眾休閒運動參與和需求之研究。臺
中：霧峰。
- 邱皓政(民 89)。量化研究與統計分析。臺北：五南。
- 林一真(民 81)。休閒輔導。學生輔導通訊，21，4-13。
- 林東泰(民 81a)。休閒教育與其宣導策略之研究。臺北：師大。
- 林東泰、陳彰儀、黃定國(民 83)。都會地區成人及青少年休
閒認知和態度調查研究報告。臺北：教育部社教司。
- 林清山(民 74)。休閒活動的理論與實務。臺北：輔仁大學。
- 林清江(民 63)。教育社會學。臺北：臺灣。

- 林清江(民 64)。建教合作理論與制度之比較分析。國立臺灣師範大學教育研究所集刊，17，62-68。
- 林建地(民 85)。我國青少年休閒活動研究。未出版之國立臺灣師範大學三民主義研究所碩士論文，臺北。
- 洪貴真(民 85)。營造一個健康祥和的社區—以羅契斯特青少年輔導工作模式為例。學生輔導通訊，43，64-69。
- 唐智(75)。建教合作通論。臺北：國立編譯館。
- 高俊雄(民 83)。休閒參與體驗形成之分析。戶外遊憩研究，6(4)，1。
- 高俊雄(民 85)。休閒概念面面觀。國立體育學院論叢，6(1)，69-78。
- 高樹藩(民 60)。中正形音義綜合大字典。臺北：正中。
- 孫仲山(民 88)。職業教育論。高雄：復文。
- 張少熙(民 83)。青少年休閒活動的自我概念與阻礙因素。未出版之國立臺灣師範大學體育研究所碩士論文，臺北。
- 張少熙(民 89)。台北市不同層級學生休閒運動之研究。臺北：漢文。
- 張春興(民 72)。工作、休閒、娛樂。中國論壇，15(9)，47-51。
- 張添洲(民 80)。培育技術人員的搖籃—輪調式建教合作班，技術及職業教育，4，28-31。
- 康自立(民 74)。建教合作教育原理。臺北：精華。
- 莊懷義(民 81)。青少年問題與輔導。臺北：空大。
- 許義雄(民 69)。休閒的意義、內容及其方法。體育學報，2，27-40。
- 許義雄(民 72)。體育學原理。臺北：文景。

- 許義雄、陳皆榮(民 82)。 青少年休閒活動現況及其阻礙因素之研究。臺北：行政院青輔會。
- 晨頌馨(民 87)。 諮商與輔導。臺北：千華。
- 郭國良(民 85)。 婦女休閒活動參與、人口變項及自我概念之研究。未出版之新竹師範學院國民教育研究所碩士論文，新竹。
- 陳在頤(民 74)。 休閒活動指導與管理。臺中：霧峰。
- 陳美芬(民 85)。淺談青少年的休閒活動及其功能。 國教之聲，29(3)，37-42。
- 陳畹蘭(民 81)。 台灣地區老人休閒活動參與與影響因素之研究。未出版之國立中正大學社會福利研究所碩士論文，嘉義。
- 教育部中部辦公室(民 90)。 臺灣省九十學年度高級中等學校輪調式建教合作概況手冊。臺中：教育部中部辦公室。
- 曾誰芬(民 78)。工作、生活目標與休閒參與之研究——以臺北市地區藝術工作者和行政工作者為例。 思與言雙月刊，27(4)，83-115。
- 馮丹白(民 83)。 建教合作。載於臺灣省政府教育廳主辦：臺灣省八十二年度高級中等學校輪調式建教合作教育研討，40-50。
- 馮麗花(民 87)。運動性休閒活動初探。 大專體育，35，104。
- 程紹同(民 83)。 國內運動休閒與體適能企業之概況介紹及經營策略分析。林口，國立體育學院，1994年國際體育管理科學研討會。

- 黃中科(民 79)。都市在學少年休閒活動之研究—以臺中市在學少年為例。未出版之東海大學社會工作研究所碩士論文，臺中。
- 黃天中(民 84)。生涯規劃概論—生涯與生活篇。臺北：桂冠。
- 黃立賢(民 85)。專科學生休閒興趣相關因素之研究。未出版之國立高雄師範大學輔導研究所碩士論文，高雄。
- 黃定國(民 80)。休閒的歷史回顧與展望。臺灣教育，482，2-3。
- 黃德祥(民 80)。青少年諮商與輔導的功能實施。成人教育，2，52-56。
- 黃德祥(民 81)。休閒輔導與學生發展。學生輔導通訊，21，14-21。
- 黃嘉宗(民 75)。高職學生休閒活動調查研究。未出版之國立高雄師範學院教育研究所碩士論文，高雄。
- 楊敏玲(民 85)。無聊與青少年偏差行為。測驗與輔導，137，2830-2838。
- 葉秀琴(民 87)。休閒與我。余嬪主編，輕鬆休閒操之在我，35-52。高雄：復文。
- 葉眉君(民 89)。高級職業學校學生生活輔導之探討。技術及職業教育，56，46-49
- 董媛卿(民 87)。休閒活動的重要。國教世紀，182，182。
- 趙善如(民 84)。我不要黯淡無光的青春—談青少年的休閒輔導。學生輔導，39，92-97。
- 盧英娟(民 90)。高職學生休閒活動現況與休閒輔導策略之研究—以國立水里商工為例。未出版之國立台灣體育學院體育研究所碩士論文，臺中。

薛銘卿(民 89)。休閒的基本概念、理論與分類法。 休閒活動專書，79-93，臺北：行政院體育委員會、中華民國體育學會。

謝天助(民 92)。 休閒導論。臺北：歐語。

二、外文部份

Arlin, E. (1980). Educating recreators for leisure counseling.

Leisure today: Selected readings, 2, 68-69.

Berger, B. M. (1962). The sociology of leisure: Some

suggestions. Industrial relations, 1, 31-45.

Bloland, P. A. (1987). Leisure as a campus resource for

fostering student development. Journal of counseling and development, 65, 291-294.

Csikszentmihalyi, M., & Kleiber, D. A. (1991). Leisure and

self actualization. In B. L. Driver, P. J. Brown, & G. L. Peterson (Eds.), Benefits of leisure (pp.91-102). State College, PA: Venture.

Evans, R. N. (1971). Foundations of vocational education,

Charles E. Merrill Publishing Co.

Kelly, J. R. (1978). Leisure styles and choices in three

environments. Pacific sociological review, 21, 187-208.

Mitchell, E. F. (1977). Cooperative vocational education,

Allyn & Bacon Inc.

Neulinger, J. (1981). Leisure counseling: A commentary. The

counseling psychologist, 9, 69-70.

- Nunnally, J. C. (1978). Psychometric theory. New York, NY: McGraw-Hill.
- Olive Banks (1968). The sociology of education, London : Balsfword.
- Parker, S. (1979). The sociology of leisure. London: George Allen & Unwin.
- Scout, L. G. (1980). A systems approach to leisure counseling. Leisure today: Selected readings, 2, 75-78.
- Tinsley, H. E. A., Hinson, J. A., Tinsley D. J., & Holt, M. S. (1993). Attributes of leisure and work experiences. Journal of counseling psychology, 40(4), 447-455.
- Witt, P. A., & Bishop, D.W. (1970). Situational antecedents to leisure kehavion. Journal of leisure research, 2, 64-77.
- Woloszyk, C.A. (1996). Vocational education's linkages with the business community of michigan, michigan council on vocational education.
- Wu, R. F (1992). The perception of entry level skills among employers, training advisers and trainees in selected occupations in England and Wales and in Taiwan, Ph. D. thesis. University of Wales, Aberystwyth.

附錄 A

【高職工業類輪調式建教合作學生休閒活動調查問卷】

各位同學好：

這份問卷之主要目的是想瞭解高職學生參與休閒活動的狀況，以及休閒輔導各種需求，本研究為純學術性的研究，不另做其他用途，資料絕對保密請您放心填答。

這不是考試，所以沒有對錯之分，請您盡量依自己實際的情況及看法來加以填寫，每一道題目請仔細填答，請不要遺漏任何一道題目，如有不清楚的地方，請隨時發問，謝謝您的合作！

敬祝

身體健康、學業進步

國立臺灣體育學院休閒運動管理研究所
指導教授：吳榕峯 副教授
研究生：王秀瑾 敬上

《名詞說明》

1. 休閒活動的定義：

個人於工作或上課時間之外，在閒暇及自由時間下，個人由內在動機的驅使，依照個人興趣主動的參與自由選擇的個人或團體、靜態或動態活動，進而達到舒暢身心，獲得心靈上的滿足或精神上的愉悅，最後達到休養、再造與重新出發的功能。

2. 休閒輔導的定義：

運用諮商與輔導的原理原則，指導個人建立正確的休閒知能、休閒態度以及休閒行為；並協助獲取休閒資訊與資源，以增進休閒技巧，提高個人之生活滿意度與促進身心健康的專業工作。

本問卷一共分為二大部份，第一部份為休閒活動現況，共有五大項題目；第二部份為休閒輔導需求，共有 26 個題目。請您看完題目後，根據事實仔細填答。

問卷開始

個人基本資料

一、性別：1. 男 2. 女

二、年級：1. 一年級 2. 二年級 3. 三年級

三、科別：1. 機工科 2. 電工科 3. 電子科 4. 資訊科 5. 汽修科

四、每週參與休閒活動的時間：

1. 一小時以下 2. 一～二小時 3. 二～三小時

4. 三～四小時 5. 四～五小時 6. 五小時以上

第一部份：休閒活動現況

一、您參與休閒活動的動機是(請勾選出三種)：

- | | | |
|------------------------------------|------------------------------------|---|
| <input type="checkbox"/> 1. 促進身體健康 | <input type="checkbox"/> 2. 讓心情愉快 | <input type="checkbox"/> 3. 消磨時間 |
| <input type="checkbox"/> 4. 增加社交經驗 | <input type="checkbox"/> 5. 學習運動技能 | <input type="checkbox"/> 6. 獲取成就感 |
| <input type="checkbox"/> 7. 紓解壓力 | <input type="checkbox"/> 8. 改變人生觀 | <input type="checkbox"/> 9. 追求知識 |
| <input type="checkbox"/> 10. 增進體能 | <input type="checkbox"/> 11. 認識異性 | <input type="checkbox"/> 12. 其他(請說明)_____ |

二、影響您無法(或不想)參加休閒活動的原因是(請勾選出三種)：

- | | | |
|-----------------------------------|--|---|
| <input type="checkbox"/> 1. 時間不足 | <input type="checkbox"/> 2. 交通不便 | <input type="checkbox"/> 3. 費用太貴 |
| <input type="checkbox"/> 4. 缺乏指導 | <input type="checkbox"/> 5. 沒有友伴 | <input type="checkbox"/> 6. 沒有興趣 |
| <input type="checkbox"/> 7. 缺乏體力 | <input type="checkbox"/> 8. 課業繁重 | <input type="checkbox"/> 9. 場地不足(或欠佳) |
| <input type="checkbox"/> 10. 資訊不足 | <input type="checkbox"/> 11. 缺乏技巧 | <input type="checkbox"/> 12. 家人不支持 |
| <input type="checkbox"/> 13. 懶得動 | <input type="checkbox"/> 14. 設備不足(或欠佳) | <input type="checkbox"/> 15. 其他(請說明)_____ |

三、當您心情不好時，您常做哪些休閒活動(請勾選出三種)：

- | | | |
|-------------------------------------|---|---------------------------------|
| <input type="checkbox"/> 1. 唱歌 | <input type="checkbox"/> 2. 去 PUB 跳舞 | <input type="checkbox"/> 3. 喝酒 |
| <input type="checkbox"/> 4. 找朋友聊天 | <input type="checkbox"/> 5. 逛街 | <input type="checkbox"/> 6. 聽音樂 |
| <input type="checkbox"/> 7. 飆車 | <input type="checkbox"/> 8. 散步 | <input type="checkbox"/> 9. 運動 |
| <input type="checkbox"/> 10. 看書 | <input type="checkbox"/> 11. 吃零食 | <input type="checkbox"/> 12. 打牌 |
| <input type="checkbox"/> 13. 購物(花錢) | <input type="checkbox"/> 14. 其他(請說明)_____ | |

四、參加學校社團活動您覺得有哪些收穫?(請勾選出三種)，但是如果您選擇「9. 沒有收穫、無聊」請直接跳至第五題作答。

- | | | |
|---------------------------------------|---|-------------------------------------|
| <input type="checkbox"/> 1. 認識新朋友 | <input type="checkbox"/> 2. 促進情感交流 | <input type="checkbox"/> 3. 促進身體健康 |
| <input type="checkbox"/> 4. 紓解工作或學業壓力 | <input type="checkbox"/> 5. 促進自我實現 | <input type="checkbox"/> 6. 培養領導能力 |
| <input type="checkbox"/> 7. 培養第二技能 | <input type="checkbox"/> 8. 啟發智慧、激發創造力 | <input type="checkbox"/> 9. 沒有收穫、無聊 |
| <input type="checkbox"/> 10. 培養興趣 | <input type="checkbox"/> 11. 其他(請說明)_____ | |

五、您覺得本校有提供哪些休閒活動的服務?(請勾選出三種)，但是如果您選擇「7. 沒有提供」請直接跳至第六題作答。

- | | | |
|---------------------------------------|--|---------------------------------------|
| <input type="checkbox"/> 1. 休閒的書籍(雜誌) | <input type="checkbox"/> 2. 課後休閒活動的安排 | <input type="checkbox"/> 3. 休閒活動場地的開放 |
| <input type="checkbox"/> 4. 休閒活動技巧的指導 | <input type="checkbox"/> 5. 協助利用閒暇時間 | <input type="checkbox"/> 6. 教導休閒活動的知識 |
| <input type="checkbox"/> 7. 沒有提供 | <input type="checkbox"/> 8. 其他(請說明)_____ | |

第二部份：休閒輔導的需求

說明：這部份主要在瞭解您的休閒輔導需求，下面每個題目都有五個選項，請依據您個人的需要性，選擇與您意見相近的答案並參考第二部份的形式作答。

	非常 需要 5	需 要 4	有 點 需 要 3	不 需 要 2	非 常 不 需 要 1
1. 我需要休閒輔導幫助我，瞭解「休閒」的涵義。……………	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2. 我需要休閒輔導幫助我，瞭解休閒生活的重要性。……………	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3. 我需要休閒輔導幫助我，瞭解休閒與社會的關連性。……………	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4. 我需要休閒輔導幫助我，瞭解休閒與家庭的關連性。……………	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
5. 我需要休閒輔導幫助我，瞭解休閒方式和個人生活型態的關 係。……………	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
6. 我需要休閒輔導幫助我，瞭解休閒活動所包含的種類。……	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
7. 我需要休閒輔導幫助我，瞭解自己具有哪些休閒知識和能力	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
8. 我需要休閒輔導幫助我，瞭解各方面休閒活動的基本技巧。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
9. 我需要休閒輔導幫助我，瞭解提昇休閒活動技巧的方式。…	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
10. 我需要休閒輔導幫助我，瞭解「正當」與「非正當」休閒 活動。……………	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
11. 我需要休閒輔導幫助我，瞭解從事休閒活動的目的何在。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
12. 我需要休閒輔導幫助我，瞭解如何選擇適合自己的休閒活 動。……………	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
13. 我需要休閒輔導幫助我，瞭解安排休閒活動的方法。……	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
14. 我需要休閒輔導幫助我，瞭解蒐集休閒活動資訊的途徑。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
15. 我需要休閒輔導幫助我，瞭解休閒活動的設施軟體有哪些	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
16. 我需要休閒輔導幫助我，發覺自己的休閒興趣所在。……	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
17. 我需要休閒輔導幫助我，發覺對休閒生活的期望。……………	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
18. 我需要休閒輔導幫助我，學習休閒活動中的人際互動方式	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
19. 我需要休閒輔導幫助我，瞭解休閒與健康的重要性。……	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
20. 我需要休閒輔導幫助我，達到健全的人格發展。……………	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
21. 我需要休閒輔導幫助我，瞭解做人處世之道。……………	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
22. 我需要休閒輔導幫助我，增進團體之合群。……………	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
23. 我需要休閒輔導幫助我，瞭解壓力發洩之管道。……………	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
24. 我需要休閒輔導幫助我，瞭解休閒活動的設施硬體有哪些	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
25. 我需要休閒輔導幫助我，瞭解提昇休閒活動體能的方式。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
26. 我需要休閒輔導幫助我，瞭解休閒活動的組織有哪些。…	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

問卷到此全部結束，謝謝您的合作！
(同時請您再檢查一次，是否有未填答的地方)