

國立臺灣體育學院休閒運動管理研究所  
碩士學位論文

俱樂部會員休閒運動價值觀之個案研究  
A CASE STUDY OF THE RECREATIONAL SPORT  
VALUES OF THE CLUB MEMBERS



研 究 生：李佩欣 撰

指導教授：蘇俊賢 教授

中 華 民 國 九 十 二 年 六 月



論文名稱：俱樂部會員休閒運動價值觀之個案研究

總頁數：95 頁

院校所組別：國立台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：李佩欣

指導教授：蘇

俊賢 教授

論文內容提要：

### 中文摘要

本研究旨在探討俱樂部會員不同人口統計變項與休閒運動價值觀之間的差異性比較，以台中市世界健身俱樂部會員為研究對象，採自編「休閒運動價值觀問卷」為研究工具，進行問卷調查。問卷內容主要調查人口統計變項、參與時間及休閒運動價值觀。調查期間共發出問卷 320 份，有效回收 302 份，有效回收率 96.25%。回收之有效問卷依研究目的分別採用描述性統計、獨立樣本  $t$  檢定、Kendal 等級相關、單因子多變量變異數分析、LSD 多重事後比較等統計方式進行資料處理，結果發現：

- 一、在人口統計變項上女生佔大多數，年齡集中於 25-34 歲，每月收入以 20,000-40,000 元最多，職業類別以專業人員、事務工作人員、服務工作人員及售貨員、學生為大多數，教育程度多為大學(專)，婚姻狀況未婚居多。
- 二、實際年齡、教育程度、婚姻狀況、與休閒運動價值觀有顯著差異。
- 三、性別、實際年齡、每月個人收入、職業、教育程度、婚姻狀況與不同參與時間有顯著相關。
- 四、不同參與時間與休閒運動價值觀有顯著差異。

關鍵詞：俱樂部會員、休閒運動、休閒運動價值觀

Li, Pei-Hsin (2003). A case study of the recreational sport values of the club members. Unpublished master's thesis, National Taiwan College of Physical Education, Taichung.

#### Abstract

The purpose of this study was to research the characteristics of demographic variables and the recreational values of the club membership. This was a case study of a World Gym club member. Using a questionnaire designed by the researcher as the instrument. This study targeted demography, participation time, and the recreational values of the club member. A total of 320 people questionnaires were given. The valid ones were 302 people with 96.25% a curate ration. All the data of the valid samples were analyzed by descriptive statistics, independence samples *t*-test, Kendall's taubrank correlation, one-way MANOVA, and LSD (List Significant Different) posteriori comparison method. The findings were as following:

1. The majority of the samples were women, aged between twenty-five years to thirty-four years. Most of the club member made NT\$20,000 to NT\$40,000 monthly. They were comprised of professional workers, staff workers, service workers, salesmen, and students. Most of them had a university education, and they were still not married.
2. There was a significant difference from actuality age, level of education, marital status, and recreational sport values variables.
3. There was a significant difference from sex, actuality age, monthly income, profession, level of education, marital status, and participation time variables.
4. There was a significant difference from participation time variables and recreational sport values variables.

**Key words: club member, recreational sport, values**

# 目 錄

中文摘要.....	i
英文摘要.....	ii
謝 誌.....	iii
目 錄.....	iv
表 目 錄.....	vii
圖 目 錄.....	viii
第一章 緒論.....	1
第一節 問題背景.....	1
第二節 研究動機.....	4
第三節 研究目的.....	5
第四節 研究價值.....	5
第五節 研究假設.....	5
第六節 研究範圍與限制.....	6
第七節 名詞解釋.....	6
第二章 文獻探討.....	8
第一節 價值的意涵.....	8
第二節 價值的理論分析.....	10
第三節 價值觀的形成與發展.....	12
第四節 影響價值觀的因素.....	14
第五節 休閒運動之意涵.....	17
第六節 休閒運動之效益與功能.....	22
第七節 俱樂部會員之相關研究.....	23

第三章 研究方法與步驟.....	28
第一節 研究架構與流程.....	28
第二節 研究對象.....	30
第三節 研究工具.....	31
第四節 信效度之建立.....	33
第五節 問卷調查實施過程.....	37
第六節 資料分析與統計處理.....	39
第四章 研究結果.....	41
第一節 有效樣本之人口統計特性與參與時間分析.....	41
第二節 不同人口統計變項在休閒運動價值觀量表的差異性 顯著考驗.....	44
第三節 不同人口統計變項與參與時間之 Kendall 等級相關分 析.....	55
第四節 不同參與時間之俱樂部會員在休閒運動價值觀量表 上的差異性顯著考驗.....	57
第五章 研究討論.....	60
第一節 人口統計特性.....	60
第二節 俱樂部會員之休閒運動價值觀特徵.....	64
第三節 俱樂部會員之人口統計變項等級相關特徵部分.....	69
第六章 結論與建議.....	71
第一節 結論.....	72
第二節 建議.....	75
參考文獻.....	79

中文部分.....	79
英文部分.....	85

## 附 錄

附錄一 問卷專家審核名單.....	87
附錄二 問卷內容效度專家審核感謝函.....	88
附錄三 休閒運動價值觀量表編制開放式問卷.....	89
附錄四 休閒運動價值觀信效度分析預試問卷.....	90
附錄五 休閒運動價值觀正式問卷.....	94

## 表目錄

表 3-1	預試地點與抽樣對象.....	33
表 3-2	KMO 與 Bartlett 檢定.....	36
表 3-3	建構效度因素分析摘要表.....	38
表 3-4	信度考驗內部一致性分析摘要表.....	38
表 3-5	正式問卷實施地點與問卷回收之樣本數.....	39
表 4-1	人口統計變項與參與時間狀況分配表.....	43
表 4-2	休閒運動價值觀評量分析表.....	45
表 4-3	休閒運動價值觀因素排序表.....	45
表 4-4	性別在量表之基本統計量分析表.....	46
表 4-5	性別在量表的獨立樣本 t 檢定摘要表.....	47
表 4-6	實際年齡在量表之「多變量變異數分析摘要表.....	48
表 4-7	實際年齡在量表之單變項變異數分析摘要表.....	49
表 4-8	實際年齡在量表之 LSD 事後多重比較考驗分析摘要表..	49
表 4-9	每月個人收入在量表之「多變量變異數分析摘要表.....	50
表 4-10	每月個人收入在量表之單變項變異數分析摘要表.....	50
表 4-11	職業在量表之「多變量變異數分析摘要表.....	51
表 4-12	職業在量表之單變項變異數分析摘要表.....	51
表 4-13	教育程度在量表之「多變量變異數分析摘要表.....	52
表 4-14	教育程度在量表之單變項變異數分析摘要表.....	53
表 4-15	教育程度在量表之 LSD 事後多重比較考驗分析摘要表...	53
表 4-16	婚姻狀況在量表之「多變量變異數分析摘要表.....	54
表 4-17	婚姻狀況在量表之單變項變異數分析摘要表.....	54
表 4-18	婚姻狀況在量表之 LSD 事後多重比較考驗分析摘要表...	55
表 4-19	人口統計變項與參與時間之 Kendall 等級相關分析摘要表	56
表 4-20	參與時間在量表之「多變量變異數分析摘要表.....	58
表 4-21	參與時間在量表之單變項變異數分析摘要表.....	58
表 4-22	年齡在量表之 LSD 事後多重比較考驗分析摘要表.....	59

## 圖目錄

圖 3-1	研究架構.....	29
圖 3-2	研究流程.....	30
圖 3-3	量表編制流程.....	34
圖 3-4	因素陡坡圖.....	36



# 第一章 緒論

## 第一節 問題背景

臺灣由於地狹人稠，以及工業科技的發達，造成空氣品質的每況愈下。適合人們從事休閒運動的場合越來越少，健身俱樂部的經營也逐漸一間一間的成立（張良漢，民 85）。早期台灣社會如能擁有一張動輒四、五十萬元俱樂部會員卡者，通常極易擠身名列於上流社會，也是有錢人的身份表徵（陳麒文，民 91）。因此，若非等閒之輩，想要成為俱樂部會員之夢想誠如天馬行空、紙上談兵，實談何容易。隨著國人在基本生活需求不餘匱乏的情形下，逐漸開始重視身體健康及精神層面。花錢買健康的觀念，已為大多數人所能接受（黃金柱，民 81）。加上近幾年來國際間經濟不景氣的影響，大部分健身俱樂部的收費已較趨於平民化，不再只是上流社會的專利（陳麒文，民 91）。再加上台灣的運動產業由於國民所得提高、週休二日及休閒觀念普及等因素的刺激下，透過俱樂部直接參與、接觸休閒運動的民眾日益增多（涂志賢，民 88）。於是乎俱樂部就在這種環境因素的影響下，儼然成為一般民眾運動不可或缺的場所。

民國 86 年行政院體委會正式掛牌運作，積極推動全民運動。隨著參與民眾的增加，俱樂部也因應時勢所需隨即調整其經營理念，並強調普及化及大眾化。相對地其休閒的品質與內涵可能隨之趨於粗糙與窄化。再則加上機械化、科技化與精緻化時代的來臨，一成不變的工作模式、激烈的競爭壓力、人與人之間的疏離與飲食過剩等因素，對於俱樂部此

相關新興行業的影響與衝擊，人們對休閒運動價值觀的認知與影響程度，實有釐清與詮釋之必要。

而健康體適能俱樂部是近年來新興的運動設施服務業，我國健康體適能俱樂部的產業發展不過只有二十年而已（姜慧嵐，民 90）。早期健身俱樂部為地位的象徵，隨著經濟的成長，以及健康意識覺醒的前提下，花錢買健康和體適能的觀念也因此深植人心。運動健身的休閒活動已不再是達官貴人的專屬品，俱樂部也已漸趨於平民化與大眾化（程紹同，民 86）。再加上國內於民國 87 年開始實施隔週休二日，人們自由支配的時間也相對的增加，無疑的，二十一世紀將是顧客經濟的時代，俱樂部的經營也似乎越來越受到重視（黃以孟、賴士奇，民 90）。而運動設施服務業是以提供社會大眾從事運動時所需要的環境、設施、技術指導、相關服務等，幫助參與者改善其生理與心理狀態，以創造效用（高俊雄，民 85）。

俱樂部的經營者多認為會員維持（member retention）是俱樂部成功重要因素（陳麒文，民 91）。美國各類型俱樂部會員維持率逐年改善，與 1996 年的 63% 比較，2000 年會員維持率已達到 69%。多年來經營者相信長期在投資設備與減少會員的流失、增加會員的滿意度與俱樂部的成功有息息相關（姜慧嵐，民 91a）。陳秀華（民 82）的研究中發現，會員首次參加健康體適能俱樂部的訊息來源以親人、朋友及同學的介紹為主，其次才是廣告媒體。陳金冰（民 80）也指出國內現有的運動健身俱樂部會員流失約為七成五左右。而 Kotler(1991) 認為吸引一位新顧客的成本約為保留現有顧客的五倍。因此，與顧客之間建立良好的顧客關係管理在俱樂部的經營與管理上，似乎有其舉足輕重的地方，值得深入的探討。

國內自從有研究俱樂部相關課題以來，對於俱樂部該如何正名，一直有極大的爭議存在，從早期的健身房、健身中心、休閒俱樂部、到現在的健康體適能俱樂部，人們對於這休閒的產業該如何稱呼，一直處於混淆不清的階段（謝孟娟，民 91）。陳金冰（民 80）對健康體適能俱樂部所作持的解釋為集一群體有相同或類似運動消費行為及嗜好的封閉式團體，而該團體所從事的行為必須是具有休閒、運動與健身的功能。其參與之資格為繳交會費取得會員證並接受該團體認可為某一份子，而該團體聚集的主要活動場所應具有休閒運動設施，或休閒運動器材為主的一封閉式團體。而國外對俱樂部的相關學術論文，則普遍使用 health、fitness center、sport、fitness health club 等名稱。為了能順應國際潮流並強調健康生活及促進體適能等積極目的，命名為健康體適能俱樂部是最適切的名稱，並定義為為了滿足消費者希望改善健康體適能及社交娛樂等目的，而讓消費者付費從事休閒健康相關活動的商業性運動服務事業體（程紹同，民 90）。

在俱樂部的分類上依其性質、特性或種類的不同有不同的方法。根據黃士鑑（民 80）對國內俱樂部大致而言可分為三大部，分別為第一城市俱樂部，純粹為一種聚會、喝酒、跳舞的場所，而且界定特定層次以上，是一般人不能隨意加入的特區；第二多元化俱樂部，具有度假中心觀念的俱樂部，如花旗俱樂部與諾亞家庭俱樂部以休閒和健康的觀念深入家庭核心；第三單項俱樂部，以單項活動為主的俱樂部如健身運動俱樂部、滑草、高爾夫等俱樂部。我國第一家設備齊全的健康體適能俱樂部為克拉克健康俱樂部，成立於 1980 年，首先使用進口心肺及重量訓練器材，並引進美國俱樂部

訓練方法及營運方式（陳秀華，民 82）。近五年來因為外商進入市場，俱樂部在台灣也掀起了一片熱潮，健康體適能俱樂部也在這股熱潮的衝擊下紛紛的林立，勢必為台灣俱樂部產業帶來不小的震撼與風貌（姜慧嵐，民 91b）。

世界健身俱樂部的創辦人之一為阿諾使瓦辛格，他與美國的健身之父 Joe Gold 於 1975 年共同創立了世界健身俱樂部。世界健身俱樂部的誕生，代表著普及化與大眾化，可見俱樂部已逐漸成為新興的產業，會員的休閒運動價值觀與此社會環境背景的影響值得仔細探討與分析。

## 第二節 研究動機

隨著週休二日的來臨與科技水準、生活品質逐漸提昇，現代人面臨著營養過剩、身體肥胖與身體活動不足，導致肥胖、慢性病、身心失調等現象。而俱樂部經營的策略強調的是健康、舒適、安全且具專業化導向之指導方針（羅詩文，民 87）。目前俱樂部人口特質呈現漸趨全球化、普齡化，參與俱樂部也已經不再是少數人的特權（程紹同，民 86）。而國內對於俱樂部會員之休閒運動價值觀的研究有限，再加上俱樂部會員對於休閒運動價值觀的認識與瞭解研究者未能發現實際數據呈現。因此本研究旨在探討俱樂部會員之休閒運動價值觀，以能提供作為俱樂部設計、規劃休閒運動內容與招募會員之依據，進而提供政府相關單位在規劃與訂定法規之參考。

### **第三節 研究目的**

本研究係以台中市世界健身俱樂部之會員為研究對象，透過問卷調查方式，旨在探討台中市世界健身俱樂部會員在人口統計變項、參與時間與休閒運動價值觀上的現況，並比較其差異情形，以分析台中市世界健身俱樂部之消費群的特徵。根據研究結果，提供具體建議，以提供俱樂部規劃休閒運動，並倡導正確休閒運動價值觀，進而提升休閒運動與生活品質。

### **第四節 研究價值**

本研究價值如下：

- 一、如何吸引消費者加入會員行列，並提高會員的忠誠度。
- 二、瞭解俱樂部會員之休閒運動價值觀。
- 三、提供政府相關單位在規劃與訂定法規之參考，以提供在目前此社會條件與政治環境下，業者經營的一個參考模式。

### **第五節 研究假設**

本研究根據研究目的，經參考分析相關理論及文獻後，建構出本研究假設，並進行虛無假設之訂定：

- 一、不同人口統計變項之俱樂部會員在休閒運動價值觀量表沒有顯著的差異。

二、不同人口統計變項與不同參與時間之俱樂部會員沒有顯著的相關。

三、不同參與時間之俱樂部會員在休閒運動價值觀量表沒有顯著差異。

## 第六節 研究範圍與限制

本研究的研究限制如下：

一、礙於人力、物力、財力時間及研究結果解釋程度的限制，本研究僅以台中市世界健身俱樂部之會員為研究對象，若要推廣至其他俱樂部會員，則需待進一步的研究。

二、本研究使用之量表乃屬自陳量表，因此研究者無法控制受試者的認知程度與其填答的真實度，僅能假設所有受試者皆據實回答。

三、本研究在實施問卷調查過程中，由於會員填答問卷的意願參差不齊，故本研究只能採用便利抽樣的方式進行問卷調查。

## 第七節 名詞解釋

有關本研究之操作性名詞定義如下：

一、俱樂部會員：本研究所指之俱樂部會員為目前參與台中市世界健身俱樂部之所有會員為對象。

二、休閒運動：本研究之休閒運動係指由內在動機引發個人自願以動態性身體活動的方式，去從事俱樂部裡包括有健身器材區、飛輪教室、有氧教室中等有益身、心、靈發展

之休閒活動。

三、價值：本研究將價值定義為對任何事物產生偏好或興趣，而引發一個人去行動，以達到預定的目標，經由這互動的過程中而得到滿足或認知概念，以指引個人行為表現。

四、休閒運動價值觀：本研究之休閒運動價值觀係指由自編之「休閒運動價值觀量表」，經因素分析後所得之影響因素，並命名為健康、人際關係、發現自我、樂趣與滿足、冒險五個因素。

五、人口統計變項：本研究所指之人口統計變項為性別、年齡、每月個人收入、職業、教育程度與婚姻狀況。

六、參與時間：本研究所指之參與時間為會員已參與俱樂部的年數，分為一年以下、一年至二年、二年至三年、三年以上共四個分項。

## 第二章 文獻探討

本章共含括第一節價值的意涵，第二節價值觀的理論，第三節價值觀的形成與發展，第四節影響價值觀的因素，第五節休閒運動之意涵，第六節休閒運動之效益與功能，第七節俱樂部會員之相關研究，共七節進行討論。

### 第一節 價值的意涵

根據 21 世紀世界彩色百科全書（民 70）中也對價值下定義為，「在經濟學領域中，價值是對一件物品的重視，也是在正常的商業條件下交換的能力」（p.18）。然限於本研究文獻多為中文文獻，對於論及休閒運動價值觀的文獻有限。因此本研究先就價值的相關理論為基礎，並與休閒運動的功能、效益、動機、樂趣、認知、需求與目標等進行分析與探究，進而延伸至休閒運動之價值觀。眾多學者從不同的觀點加以探究價值，因此要為價值下一個明確的定義，的確並非易事。但是當對價值問題進行研究時，實需要先澄清並瞭解價值之意涵。以下根據各專家學者對價值的定義，研究者將其分為以下四點。

第一價值乃對任何事物喜好傾向的程度，喜好程度越高其價值越高。根據 Morris（1956）指出價值是人類對某種目標喜好的傾向。Allport, Vernon, and Lindzey（1970）認為價值是人類依照喜好而行動的一種信念。Rogers（1969）認為價值即是一個人表示其喜好的傾向。Perry（1954）認為價值即指興趣所在之對象。人們認為某些事物是有價值，乃是

因為他對該事物產生了興趣，因此興趣是價值決定的關鍵，價值層級則端賴與興趣密切相關的三項條件而定，這三項條件分別是強度（Intensity）、偏好（Preference）與涵蓋性（Inclusiveness）（黃蕾，民 73）。傅鑫德（民 82）認為價值是個體認為重要的事物或概念，它代表對某些事物或情況的慾望、偏好、喜惡及需求。劉榮聰、張霖家（民 90）認為價值是一種深植於個體內在持久性的信念或偏好，並且影響個人對於某些情境或事物的慾望、喜惡和需求。

第二價值為能引發一個人去行動，以達到預定的目標。McDonald（1976）認為價值可以指引一個人的行動。Kluckhohn（1951）指出價值是個人或團體位於可欲的事物所表現出來外在或內涵的獨特概念，此種概念會影響其行動的目標和方法的選擇。郭為藩（民 61）認為價值是一種具有階層組織的概念系統，此系統附著於文化模式與社會規範中，成為評斷個人行動的是非、優劣與美醜的標準，同時又內化在個人人格中，隱約的影響個人對行動方式的取捨。余嬪（民 85）認為休閒價值它能幫助個人建立目標，選擇方法，並引發行動或行為至一定目標，以滿足個人的需求。

第三價值是經由互動而得到滿足感受的過程。根據陳秉璋、陳信木（民 79）指出價值係泛指個體的需求，經由外在個體的互動過程，而獲得了滿足的主觀效果認定。Smith（1969）認為價值是我們經驗什麼是應該的那一時刻的心裡活動。

第四價值是一認知概念，用以指引個人行為，進而引發行動。根據 Fraenkel（1977）指出價值是一種理想，個人所思考有關生活中他認為是重要的事。文崇一（民 78）價值觀

是一個社會或一群人用以衡量事物和行為的標準。蔡貞慧（民 81）認為價值是一種關於相對立之行為模式或目的狀態存在之一種可偏好的認知概念。被個人或團體以穩定信念的形式所持有，用以表達情感與激發情感，進而引導行動。鍾自強（民 86）認為價值觀是一種信念，深植個人的心中，指引個人的行為。

各派學者對價值的看法不盡相同，經由各學者的觀點，本研究將其整理歸納為價值是需要依附在某種東西上，亦即需要一個攜帶者。因此，價值是我們稱之為價值對象所擁有的獨特屬性或性質。其包含著認知、情感和行為的成分，並為社會的指標，其影響著人們的日常生活；價值更是具有動機性的力量，價值不是在背後推動一個人去行動，而是在前面推動的。而動機本身不會成為價值，但由其引發的行為而達成預期的結果才有價值。因此本研究將價值簡單定義為對任何事物產生偏好或興趣，而引發一個人去行動，以達到預定的目標，經由這互動的過程中而得到滿足或認知概念，以指引個人行為表現。簡言之，價值即為一標準，指引人們在此社經背景下的一個指標。

## 第二節 價值觀的理論

對於價值的分類，也常因各個學者的看法不同而有差異。Kluckhohn（1961）從價值意向將價值歸納出三類，第一類稱之為方式性價值，凡是行動表現較可取的方式或作風就是價值。第二類為工具性價值，凡能達成目標的手段，就有價值的存在。第三類為目的性價值，凡本身含可欲性而成

為行動目標時，就是價值。

郭為藩（民 61）則認為若依其功能分類，第一類稱之為意欲的價值，指愈能滿足生理及心理的需求，其價值就愈高。第二類稱之為成就的價值，愈成功達成目標者，價值愈高。第三類稱之為情感的價值，指愈能獲得快樂、幸福愈高者其價值愈高。同時若從其類型來分，亦可分為三類，第一類與存在的確實性有關，和是什麼或相信是什麼的問題有關，越確實者越有價值。第二類與可欲性有關，越是令人喜歡者越有價值。第三類與義務性有關，越是自己或別人應該有的品質或是應該實踐的行為，越是有價值。

依行為方式與生存目標的偏好，Rokeach（1973）將價值觀分為工具價值和目的價值兩類，第一工具價值是指一個人對生活手段及行為方式的信念，包含了偏向人際取向及罪惡取向的道德價值以及與個人及羞恥感取向的能力價值。第二目的價值是指存在的終端目標，是個人對生命意義和生活目標的信念，包含了以自我為中心和個人內在為重心的個人價值與以社會中心和人際間為重心的社會價值。它是價值的最核心部分。

由於價值本來就是比較抽象的概念，在早期有關價值的探討多偏向哲學的領域（楊國樞，民 83）。近二、三十年來，社會科學才對價值觀逐漸做有系統的研究。由於價值和人類的人格、態度、需求、動機等或多或少都有一些重疊的部份，因此，有關價值的測量，也都採用心裡學的方法。如觀察法、訪問法、文件分析法、問卷或量表調查法等。

### 第三節 價值觀的形成與發展

價值觀的形成是指個人趨向於建立自己價值系統的過程，而系統的建立從本身原有認識的價值開始。由於文化、社會等繁衍的結果，價值觀日漸繁雜，在眾多的價值觀項目中，個人必須透過認證，選擇自己所偏好的，保存於自己的價值體系中。就價值觀的發展歷程說法不一，多數的學者均同意價值觀的形成是一種學習的漸進過程。在學習過程中，學習者所具有的社會、心裡特徵，無疑地將會左右一個人被社會化或接受社會化的過程。因此價值觀念是在文化環境、社會條件以及人格特性三方面的因素共同影響下形成的。價值不能存在於真空中，必須依附於文化、社會、人格的體系之中。當價值觀念形成之後，就成為一種影響的力量，決定人的態度和行為。

就個人價值觀念的發展楊自強（民 75）指出，由於個別差異的結果，無法在年齡上做明確的劃分，但可假定有若干階段。第一階段天真的接受，此時期基於對父母親的完全信賴，對於成人所提的完全接受。第二階段迫切的定論，經過兒童期的天真接受，到了兒童出奇對父母親經常所做的判斷方式產生定論的迫切期望。換言之，本身並未具備判斷能力的兒童，卻希望以成人為其所做的決定中得到結論。第三階段好奇與懷疑，進入兒童期，個人還缺乏系統的知識，因此常對定義與論點產生好奇與懷疑。第四階段非理性的武斷，兒童後期與青年期是心理成長傾向於獨立的時代，企圖表現自我的意向與信心，是本期特有的價值觀現象。但缺乏客觀的衡量，然而也代表著個人價值系統的萌芽期。第五階段傳

統與個人的衝突，進入青年期，若習得的傳統價值觀與個人發展的個人價值觀念不能有所符合，則將產生價值的衝突。在衝突的解決與調適上，則表現了價值觀念的多樣化。第六階段觀念與行動的矛盾，自青少年以後，終其有生之年，價值觀念與實際行動之間實難一致，個人價值與群體價值間也常難以取捨。

由以上的分析，可歸納出價值觀在形成過程中，依每個人的成長過程與背景而有所不同，而這些因素彼此互相角力，相互的影響著。如首先早期建立的價值觀，他的發展基礎是在兒童期或更早期，透過大人的教導與同儕的互動經驗所形成。另外透過無形的身教與互動經驗，兒童也逐漸形成一套看待周遭事物的眼光（陳燕玲，民 88）。這些價值與世界觀自然成為人們邁向另一個階段的起點。如俱樂部裡的幼兒體能與遊戲場之幼兒活動，小朋友從小就浸濡於此環境中，無形的身教與互動經驗，將形成一套有關參與俱樂部之休閒運動價值觀。接著認同的團體與個人，待了一個地方如何定位自己，便會影響他對特定團體的認同。就他們的看法而言，本研究舉例如一個在俱樂部會裡的會員，因為俱樂部裡的人員的在乎與給予關心，在俱樂部裡像家的感覺，因此會員認同自己是這團體中的成員，自然會認同這團體所重視的價值，遵守這團體的行為規範。第三在社會人際網路裡，則決定了誰會遇上什麼樣的人，接觸什麼樣的想法，看到什麼樣的行為模式。又例如在俱樂部裡結交的朋友，喜歡過夜生活，因為認同這個朋友而認同這樣的生活，則將在行為的判斷上產生衝擊與拉力。同樣的，社區、家庭聚會、課外活動、運動嗜好等都會提供不同的人際網路（林文瑛、王震

武、黃富源，民 88)。第四就個人的思考能力而言，價值觀涉及的是基本哲學的思考，需要邏輯推理，更需要價值澄清 (Duska & Whelan, 1975)。因此，在價值衝突時，能否以自己的核心價值為基礎，審視決策的合理性，端賴合理的思考方式與成熟的推理能力。如果我們希望俱樂部會員可以經由運動而獲得健康或減重，結果會員卻過度運動，因而導致運動傷害之反效果。因此會員欠缺的不是價值的引導，而是價值的推論程序。

#### 第四節 影響價值觀的因素

個體的價值觀隨著社會化及成長過程會有改變的現象，個人價值觀念是個人與社會交互作用下的產物 (王令瑩，民 90)。它與個人因素、家庭背景、社會文化等有所關連，因此影響價值觀之因素本研究分別由以下幾項做探討：

##### 一、性別

性別的差異是與價值觀念有關的因素之一。汪履維 (民 70) 在台北市國民中學生價值觀及其對學校疏離傾向的關係中，以修訂的價值問卷對 597 名台北市國中生進行研究，發現就目的價值來看，男生比女生重視社會價值，女生比男生重視工具價值。就工具價值來看，男生比女生重視道德價值，女生比男生重視能力價值。何英奇 (民 71) 曾對國內 419 位大學生價值結構之研究，發現女生的道德以引以為恥的行為的評定等級，比男生嚴格。李元墩等 (民 83) 對台灣地區大專學生價值觀之研究，在性別方面的價值觀有很大的顯著差異。藍鎮輝、林伶利、李玉麟 (民 89) 對台北地區籃球運動參

與者運動價值觀念之研究中顯示，不同性別在運動價值觀念上並無顯著差異。但在男生在追求超越取向更傾向正面積極的運動價值觀念。劉榮聰、張霖家（民 90）在高爾夫球參與者運動價值觀差異性之研究中顯示，不同性別之參與者在運動價值觀之完整人格因素、身心健全因素、個人成就因素與人類生活貢獻因素之差異性考驗，達到顯著性差異。從各研究結果顯示價值觀念在性別上的差異，由於研究工具的不同，無法對男女生在價值觀念的重視，做更進一步的比較說明，但不同工具在男女性別上，卻有其差異性或傾向度。

## 二、年齡

年齡的差距也是與價值觀念有關的因素之一。吳明清（民 72）在其研究將其樣本分為未滿十四歲、十四至十九歲及十九歲以上三組進行分析。發現未滿十四歲組有部分項目的等級與另兩組的等級有極大的差距。瞿海源、文崇一（民 78）在現代過程中的價值變遷以臺北三個社區的比較研究，發現年齡對個人價值觀方面的影響很大。汪履維（民 70）也發現年齡確實是影響價值觀念之因素之一。藍鎮輝等（民 89）在大台北地區籃球運動參與者運動價值觀念之研究中顯示，年齡在運動價值觀念上並無顯著差異。劉榮聰、張霖家（民 90）在高爾夫球參與者運動價值觀差異性之研究中發現，不同年齡在運動價值觀之完整人格因素、身心健全因素、個人成就因素與人類生活貢獻因素各因素之差異性考驗，達顯著差異。楊泰和、黃瑞靜（民 90）在崑山科技大學管理學群學生價值觀之實證研究中發現不同年齡者之價值觀無顯著差異。

## 三、教育程度

環境因素與個人價值觀念有相關存在。Rokeach ( 1973 ) 的研究顯示教育程度高者比教育程度低者在目的價值上偏好社會價值；在工具價值上偏好能力價值。另外吳明清 ( 民 72 ) 的研究中也發現父母親高教育組的學生，傾向個人價值及能力價值的偏好。瞿海源、文崇一 ( 民 78 ) 在現代過程中的價值變遷以臺北三個社區的比較研究，發現教育程度對個人有很大的影響。藍鎮輝等 ( 民 89 ) 在大台北地區籃球運動參與者運動價值觀念之研究中顯示，不同教育程度者其運動價值觀念上是傾向一致。劉榮聰、張霖家 ( 民 90 ) 在高爾夫球參與者運動價值觀差異性之研究中得知，不同教育程度在運動價值觀之完整人格因素、身心健全因素、個人成就因素與人類生活貢獻因素各因素之差異性考驗，未達顯著差異。由此觀之，休閒運動價值觀是否會因教育程度而不同，值得進一步研究。

#### 四、職業與收入

以汪履維 ( 民 70 ) 的研究指出，高社經地位家庭的學生比低社經地位家庭的學生在目的價值上屬於個人價值的智慧一項；在工具性價值上則屬於能力價值的能幹及聰明二項。李元墩 ( 民 83 ) 台灣地區大專學生價值觀之研究也顯示家庭收入對大專生價值觀有很大的影響。邱毅 ( 民 82 ) 在台北市大學生價值觀形成內涵之研究中發現，不同職業其價值觀亦有不同現象。藍鎮輝等 ( 民 89 ) 在大台北地區籃球運動參與者運動價值觀念之研究中顯示，不同職業與運動價值觀念間並無顯著差異。劉榮聰、張霖家 ( 民 90 ) 在高爾夫球參與者運動價值觀差異性之研究中顯示不同職業及收入在運動價值觀之完整人格因素、身心健全因素、個人成就因素與

人類生活貢獻因素各因素之差異性考驗，未達顯著差異。

#### 五、婚姻狀況

根據劉榮聰、張霖家（民 90）在高爾夫球參與者運動價值觀差異性之研究中顯示，已婚與未婚之會員其運動價值觀之各因素差異性考驗達顯著性差異。藍鎮輝等（民 89）在大台北地區籃球運動參與者運動價值觀念之研究中顯示，已婚與未婚與運動價值觀念間並無顯著差異。

#### 六、參與時間

根據劉榮聰、張霖家（民 90）在高爾夫球參與者運動價值觀差異性之研究中顯示，一年以下、一年至三年、三年至五年、五年以上球齡的會員在運動價值觀各因素之差異性考驗，未達顯著性差異。

從上述的影響因素觀之，影響價值觀的因素在不同的測試項目與不同的量表皆會有不同的結果。本研究根據上述各篇文獻結果，將其影響因素納入本研究之自變項因素。

### 第五節 休閒運動之意涵

本節主要探討休閒運動之意涵，依序就休閒活動的定義，休閒運動的定義，休閒運動的分類以及俱樂部的分類進行討論。

#### 一、休閒活動的定義

如果休閒被定義為相對自由、活動和內在滿足，那麼許多運動對參加者來說當然是休閒。Kraus（1990）將休閒活動的定義為首先休閒應該被視為是種活動，而相對於停頓或完全休息。其次休閒含括廣泛的活動，如運動、遊戲、精緻

藝術、音樂、旅行、社會活動，可能以個體或團體方式，可能持續一生或經常參與性質。第三活動或參與的選擇是自發的，不受強迫或強制。第四休閒是由內在動機而促發，意欲達至個人滿意感，非因外在目標或回饋。第五休閒與心靈或態度狀態有關，而較無關個人從事活動類別。亦即是個人對活動的感受，其個體有休閒之感。第六雖然參與休閒活動的動機經常是為追求愉快，但其亦可能符合益智性、生理或社會需求。在某些情況，休閒可能包括嚴肅的承諾與自律，亦可能引發挫折或感痛苦。換言之，休閒可以含括多樣類，不只侷限於運動或戶外活動。

休閒活動是凡個人意願選擇，而且可以從實行中獲得直接歡樂，作為其參加原始的報酬，並有機會造成完整而豐富的、經驗的各種活動都包括在內（李鐘元，民 71；許雅琛，民 81）。因此休閒活動是人類一生中不可獲缺且重要的活動，他能使人們愉快、滿足、調和情感與促進健康，並能增加豐富的生活經驗。綜合上述對休閒活動各種不同角度的觀察，可歸納出休閒活動的意義為由內在動機引發且為個人自願去從事的活動，可以從中獲得愉快、滿足、調和情感與促進健康，並能增加豐富的生活經驗。

## 二、休閒運動的定義

休閒運動注重健康、快樂與道德，接近道德人的活動，道德人則著重自由意志及個人善意下之所作所為（陳定雄，民 83）。休閒運動是指所有非功利、非職業的活動，通常為工作之餘，自由時間內，為獲得樂趣、健康、追求刺激感覺、社交聯誼等，而參加的體能活動或運動種類，如舞蹈、球類運動、慢跑、爬山、國術等廖志猛（民 83）。沈易利（民 87）

將休閒運動定義為在休閒時間內，以動態性身體活動為方式，所選擇具有健身性、遊戲性、娛樂性、消遣性、創造性、放鬆性，以達身心健康，紓解壓力為目的之運動。行政院體委會指出，休閒運動是指藉助運動為手段，以達到休閒的目的；其主要是以身體運動為主體，透過個體自主的運動方式來達到休閒的效果（中華民國體育學會，民 89）。陳敬能（民 87）將休閒運動定義為透過身體活動或運動項目的實施，使個人在自由自主、自在的情境下，去從事有益身心發展的休閒活動，以達到身心平衡的地步。陳鴻雁、楊志顯（民 88）認為休閒運動係指因興趣、健康、娛樂、服務、交際、打發時間等非因工作或其他生活需要，所從事以身體運動之練習或操作為主要型態的活動。謝鎮偉（民 91）對休閒運動下的定義為，休閒運動乃是利用閒暇或空暇的時間，透過有益之身體活動或運動項目的實施，使個人在自由自在的情境下，獲得身心平衡發展，達到休閒娛樂的效果。

根據上述文獻對休閒運動的解釋本研究將休閒運動定義為，休閒運動為由內在動機引發個人自願以動態性身體活動的方式，去從事有益身、心、靈發展之休閒活動。

### 三、休閒運動的分類

休閒運動有別於休閒活動，因此休閒運動自有其獨特之分類方式，Edginton（1980）將運動分為個人運動、雙人運動、團體運動等三大類。Mull, Bayless, Ross, and Jamieson（1997）將休閒運動分為指導性運動，指參與各種運動教室或訓練營、夏令營之類的活動，接受運動技能和戰術、規則指導，以提升往後參與運動的表現；非正式運動，指無特定的運動遊戲規則、運動技巧，以個別化參與為特色，活動過

程不受約束，如一般慢跑、健行、太極拳、舞蹈等；單位內運動，指參加資格為單位內的員工或校內比賽，如學生的班、系際比賽、社區內的運動等；對外開放性運動，此類為公開的活動，如嘉年華會、公開自由報名參加的活動；俱樂部運動，由具有共同興趣的人組織而成，因組成目的不同而表現多樣風貌，如商業中心的俱樂部、健身中心等運動。馮麗花（民 87）將休閒運動分類為以下三類，第一類能提升心肺功能之休閒運動，如健行、跑步、騎腳踏車、游泳、跳繩、網球、直排輪、有氧舞蹈等；第二類能增進肌力表現之休閒運動，如啞鈴、槓鈴、身體塑身、舉重、健力、田徑訓練等；第三類增進柔軟度之休閒運動，如伸展操、瑜珈、太極氣功、柔軟操等；第四類能怡情養性之休閒運動，自助旅行、農場渡假、滑水、氣功、柔道、觀賞比賽、釣魚等。

由以上文獻探討可以發現，休閒運動的分類依活動的功能、活動的性質、活動的目的、因素分析以及研究上之需要，有多種不同的分類方式。如 Mull et al.（1997）所指的俱樂部運動為由具有共同興趣的人組織而成，由於組成目的的不同而表現多樣風貌的運動。

#### 四、俱樂部的分類

俱樂部依其性質的不同、所屬區域的不同或經營形式不同有其不同的分類。經濟部體育司（民 89）指出，各種以健康休閒為主題的俱樂部大致可分為三類，第一城市社交型俱樂部，以提供交際聯絡之休閒娛樂場所。第二鄉村俱樂部，如高爾夫球為主的俱樂部，提供大型土地視野為訴求。第三度假型俱樂部，大部分結合旅館和休閒娛樂設施，以提供度假時的需求。陳金冰（民 80）也將國內俱樂部大致而言可分

為城市俱樂部、多元俱樂部和單項俱樂部三大類。彭淑美(民 82)發現國內俱樂部的類別與經營型態，可區分為，第一商務走向運動俱樂部，如設立在市中心或辦公大樓，針對現代忙碌的上班族提供健身場所。第二社區運動聯誼社，訴求對象以駐加之退休人員，家庭主婦、與學生等較為合適。第三郊區休閒運動俱樂部，地點在郊區，面積自然寬廣，硬體設施較多元化，可設定戶外主副體設施，又有陽光綠野，適合全家人運動場所。

根據美國國際健康與運動俱樂部協會 (International Health, Racquet and Sport Club Association, IHRSA) 1998 年全美健康俱樂部年度報告書(姜慧嵐, 民 89)中，將美國的俱樂部類型分為四大類，第一類多功能型俱樂部，設施有體適能中心、體育館、游泳池、迴力球場等。第二類健康體適能俱樂部，只有體適能相關設施，如體適能中心、有氧教室等。第三類網球俱樂部，僅有網球場相關設施。第四類連鎖型俱樂部，上述任一類型的俱樂部都可以屬之，特點是有相同的經營者與經營模式，而且至少有一家連鎖店。

本研究以台中市世界健身俱樂部為個案研究，本俱樂部屬於連鎖型俱樂部，並於 1975 年 World Gym 世界健身俱樂部成立於美國加州，為全球前三大的健身俱樂部，目前於全球 12 個國家，設立 300 個營業據點有超過 200 萬個會員。亞洲地區於日本東京、大阪地區設有分部，台灣是亞洲地區第二個成立分部的國家，座落於台中市。亦是健康體適能俱樂部，本俱樂部座落於台中市市中心，亦屬於商務走向以及城市社交型俱樂部。

## 第六節 休閒運動之效益與功能

休閒運動一般而言，可以改善身心狀態和滿足需求的內容有很多。陳定雄（民 79）就運動的目的區分為以下五項，第一項為身體健康、促進發育；第二項為調劑身心、提高工作效率；第三項為競技；第四項為謀生（職業運動）；第五項為復健工作等五大功能。

而休閒運動是屬於休閒領域的一環，因此，休閒運動具有的價值為何，實可從其休閒與運動之效益、動機與功能等各方面去探討。卓俊辰（民 79）曾指出其有三大功能，第一為彌補現代人身體活動不足的缺失，防止老化。第二為擁有好的體適能，追求生活內涵。第三為抒解心理壓力，追求生活內涵。

從動機對個人而言，根據潘義祥（民 87）研究整理出參與休閒運動的動機有五大項，第一項為健康體適能因素，包括有獲得身體健康、促進或保持體能、身體的舒適與輕鬆、身體的適應能力等。第二項為心理需求因素，包括滿足成就感、自我實現、獲得快樂與經驗、自尊、冒險與挑戰、了解自己、發揮想像與創造力等。第三項社會需求因素，包括增進朋友間情誼、人際關係、人際處理能力、認識新朋友、團體隸屬感等。第四項為刺激避免因素，包括有逃避生活中煩惱、忘掉緊張忙碌的生活等。第五項知識需求因素，包括有獲得運動知識、運動技巧、規則、運動禮儀、裁判法等。

綜合以上的文獻發現，大多數的學者都認為休閒運動具有正面的功能與效益，但由於不同的運動項目其有不同的觀點。本研究根據上述的文獻依據，以及開方式問卷結果，多

方蒐集與休閒運動相關之價值因素，經因素分析後，再經因素命名，共分析出俱樂部會員休閒運動價值觀之五個構面，第一健康方面，包括獲得身體健康、促進或保持體能、身體的舒適與輕鬆、調養身體以及預防疾病等。第二人際關係方面，包括增進朋友間友誼、人際關係、人際處理能力、家人親子間的溝通與互動、認識新朋友以及團體隸屬感等。第三發現自我方面，挑戰個人極限、學習運動技能、克服個人的惰性以及開發個人潛能等。第四樂趣與滿足方面，包括滿足成就感、獲得滿意度、自我實現、以及獲得樂趣或經驗等。第五冒險方面，增加膽識、培養獨立自主的個性以及勇於嘗試新鮮事等。

因此，本研究將依據此五個層面，針對俱樂部會員之休閒運動價值觀，作進一步的分析與討論，將其結果作為後續研究之參考。

## 第七節 俱樂部會員之相關研究

台灣由於地狹人稠，一般民眾欲從事休閒活動，僅能選擇不需太大空間就能活動之休閒活動，於是乎俱樂部便成為一項很好的選擇。然而影響人們主動且願意選擇俱樂部去從事休閒運動，必有其誘因與需求，而導致人們主動願意花錢去運動，本研究就以下相關文獻予以探討。

黃士鑑(民80)企業經理人休閒俱樂部消費行為之研究中，會員120個樣本中，以男性82.5%居多，年齡以31-45歲68.4%居多，大部分為已婚有86.8%，學歷以大專以上為主佔88.3%，綜合所得以三十萬零一元至一百六十萬元為主

有 90.0%，其中以專業經理人為主有 76.7%，行業以製造業和服務業佔大多數佔 66.7%，在公司的職位以最高階層、高階層及中階層主管居多有 90.0% 之多，大多擔任行銷或一般的主管有 58.3%。在生活形態方面有十三構面依序為運動取向、新型休閒、家庭取向、社會取向等。在參與動機方面有三個構面依次為身份地位、解壓健身、便利聯誼等。

陳秀華(民 82)健康適能俱樂部會員消費者行為之研究中以台北市八家健康體適能俱樂部的會員 256 人為對象其中以男性的比例略高，年齡多為 21-30 歲，職業身份以公司的職員居多，個人每月平均收入以 30,000 元以下居多。參與動機方面，傾向健康與適能、運動技能的擁有、休閒放鬆為主。在假設驗證部份，休閒動機與身體活動態度之間有典型相關存在；不同年齡、教育程度、家庭生命週期、收入以及可支配休閒金額，在身體活動態度上的反應沒有顯著差異存在；不同性別職業身分在身體活動態度上的反應有顯著差異存在；不同參與頻度在身體活動態度上的反應沒有顯著差異存在；不同參與時數及參與時段的會員在身體活動態度上的反應有顯著差異存在。

陳景森(民 85)運動健康俱樂部服務品質之實證研究—以中興健身俱樂部為例結果顯示，性別方面，以女性會員 54.7% 較男性會員 45.3% 多，年齡以 21-40 歲佔 77.1% 為主，其中又以 21-30 歲 39.9% 居多，教育程度全部都為高中以上，其中以大學學歷 75% 所佔比例最高，職業以商業有 50.0% 的消費者最多，每月收入以 35,001-50,000 元佔 24.3% 最多，其次為 50,001-65,000 元佔 19.6%，婚姻狀況以未婚有 55.4% 居多。

張良漢(民 86)針對名仕健康俱樂部會員生活形態及參與行為之調查研究，在人口統計變項方面，男性參與者 53% 比女性 47% 的比例偏高，年齡偏重在 31 至 40 歲有 35.1%，教育程度以高中學歷 30.1% 居多，其次為專科 29.4% 與大學 28.4%，婚姻狀況多為已婚，其中小孩小於六歲者居多，職業以商界居多，每人每月平均所得以二萬位滿四萬有 32.1% 居多。在生活型態構面而言，名仕健康俱樂部的會員傾向於健康與適能，其次依序為成就感的獲得、休閒生活、歸屬感，最後為社交的獲得。在假設驗證方面，不同性別、年齡、教育程度、職業、所得、休閒花費在生活型態上沒有顯著差異。婚姻方面，已婚且小孩在六歲以下傾向於健康與適能構面。

沈淑貞(民 88)在桃竹苗地區運動健身俱樂部服務品質與會員滿意度之研究中顯示，俱樂部會員以女性 53.9% 較男性 46.1% 多，年齡以 21-40 歲有 65.8% 居多，教育程度以高中居多，佔九成，其中以大專學歷佔 47.6% 比例。會員的職業以商者有 29.4% 居多，已婚佔 63.6%，會員年齡多分佈在 31-40 歲有 33.8%，參與的年資多集中在三年以內有 81.4%，且已參加 1 年或 1 年以內人數最多佔 34.9%。會員的參與動機不受性別、年齡、學歷、職業、每月收入、婚姻狀況、每次使用時間即參加年資等因素的影響。

范智明(民 88)台北市運動健身俱樂部會員消費者行為之研究中顯示，俱樂部會員男性佔 52.2% 稍高，年齡以 21 至 40 歲有 82.1% 佔大多數，學歷以大學以上有 57.7% 居多，職業以商業 30.8% 居多，每月收入在 50,000 元以下有 65.2% 居多。在加入俱樂部的時間上以 6 個月(含)以下居多有

45.3%，其次為 6 至 12 個月（含）有 23.9%。在休閒參與動機因素排序上，依次為身心健康需求、成就需求、社會需求、認知需求。在加入俱樂部的時間上不同的會員在社會需求因素上有顯著的差異，且以社會需求為主要休閒動機的會員，其繼續成為俱樂部會員並持續參與活動的比例，明顯高於非以為社會需求為主要休閒動機的會員。

宋曉婷（民 90）台北市健康俱樂部會員轉換行為之研究中顯示，性別方面，會員以女性有 53.3% 居多，年齡多及終於 21 至 40 歲有 65.48%，婚姻狀況以未婚佔 75.83% 居多，職業以服務業有 30.66% 為最多，每月平均收入 20,001 至 40,000 元之間佔 47.17%，教育程度多為大學及專科有 64.63%。

李孟哲（民 90）會員制休閒渡假中心會員生活形態與消費行為之實證研究—以統一健康世界鄉村俱樂部為例中發現，男性和女性比例約為 3 比 2，而年齡多為 31 至 40 歲的青壯年時期有 56.4%，教育程度以大專以上最多，婚姻狀況已婚有 91.3% 多餘未婚有 9.7%，其中已婚有小孩者更高達八成以上。收入方面，個人每月收入為 5 至 7 萬者最多。在會員購卡動機方面以休閒及增加生活情趣和全家共享為會員的主要購卡動機。在差異性檢定上，從會員購卡動機分析得知，已婚有小孩的會員購卡動機明顯基於全家共享、增加休閒情趣以及投資理財可增值的動機；從事工商業和買賣業的會員，則是為了增加休閒情趣、投資理財可增值、公司開會方便以及紓解壓力而加入；至於個人或家庭屬於高收入族群者，則是較偏向符合身份地位而入會，這和其他層級入會者以投資理財可增值或運動健身的想法有所不同。整體而

言，不同人口屬性對於會員入會動機與消費行為部分有顯著相關。

陳麒文(民 91)健康休閒俱樂部顧客流失分析模式之研究中顯示，性別方面，女性 61.72% 比男性 38.28% 多，年齡方面未流失的會員以 35 至 40 歲為最多佔 21.7%，30 至 35 歲 19.1% 次之。參與時間以參與 1 年以上 2 年以下有 32.38% 最多，其次為一年以下有 31.25%。

謝孟娟(民 91)健康體適能俱樂部顧客價值之研究—以亞力山大健康休閒俱樂部分店為例中顯示，年齡多集中在 21 至 30 歲有 40.5%，其中女生有 59.4% 比男生有 40.5% 為多，未婚 49% 多於已婚 45.6%，教育程度以大專院校為最多佔 62.9%，職業以商業有 34.4% 最多，學生只有 6.9% 最少。不同會員的類型在整體印象與塑身健康構面上有顯著差異。

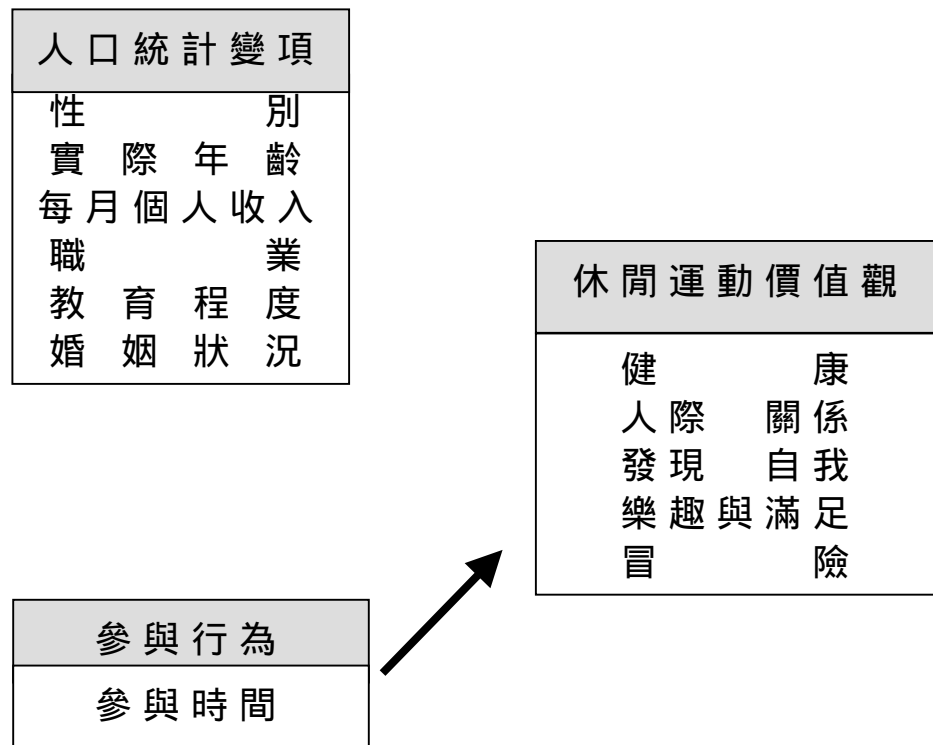
根據上述研究的結果發現，俱樂部會員在不同社經環境背景下，會有不同人口統計變項的參與者。不同人口統計變之參與者其參與行為也有所異同。而價值是一種概念，一種標準，它居於人格結構的核心地位，而為行為的決定因素，一個人在成長的社會化過程中，有形無形受到價值取向所引導，而會有不同的喜好或行為表現(王令瑩，民 90)。

## 第三章 研究方法與步驟

本章節主要目的在敘述本研究的架構與流程、研究對象的選取、研究工具的編制、信效度的建立、問卷調查實施過程與資料分析與統計處理等方法。

### 第一節 研究架構與流程

本研究依據問題性質與研究目的，經由文獻探討與開放式問卷結果的收集，以台中市世界健身俱樂部之會員為主。研究重點著重在探討現行俱樂部會員之人口統計變項變項中，俱樂部會員參與俱樂部活動之休閒運動價值觀，其各個構面的差異與相關性情形。經由人口統計變項的分析，來描數參與群眾的現況與差異性，並透過人口統計變項與休閒運動價值觀之各構面的相關性，建構出本研究結果，以提供俱樂部市場未來的參考依據，其研究架構如圖 3-1。



本研究針對台中市世界健身俱樂部會員參與俱樂部之活動其休閒運動價值觀為何進行研究分析，首先進行開放式問卷與文獻探討方式整理出問卷的初探，後進行題項篩選，後進行問卷之信效度分析，最後完成正式問卷（如附錄一、附錄二、附錄三、附錄四、附錄五）。本研究主要以問卷調查法，對俱樂部會員實行調查，本研究流程如圖 3-2 所示：

圖 3-1 研究架構

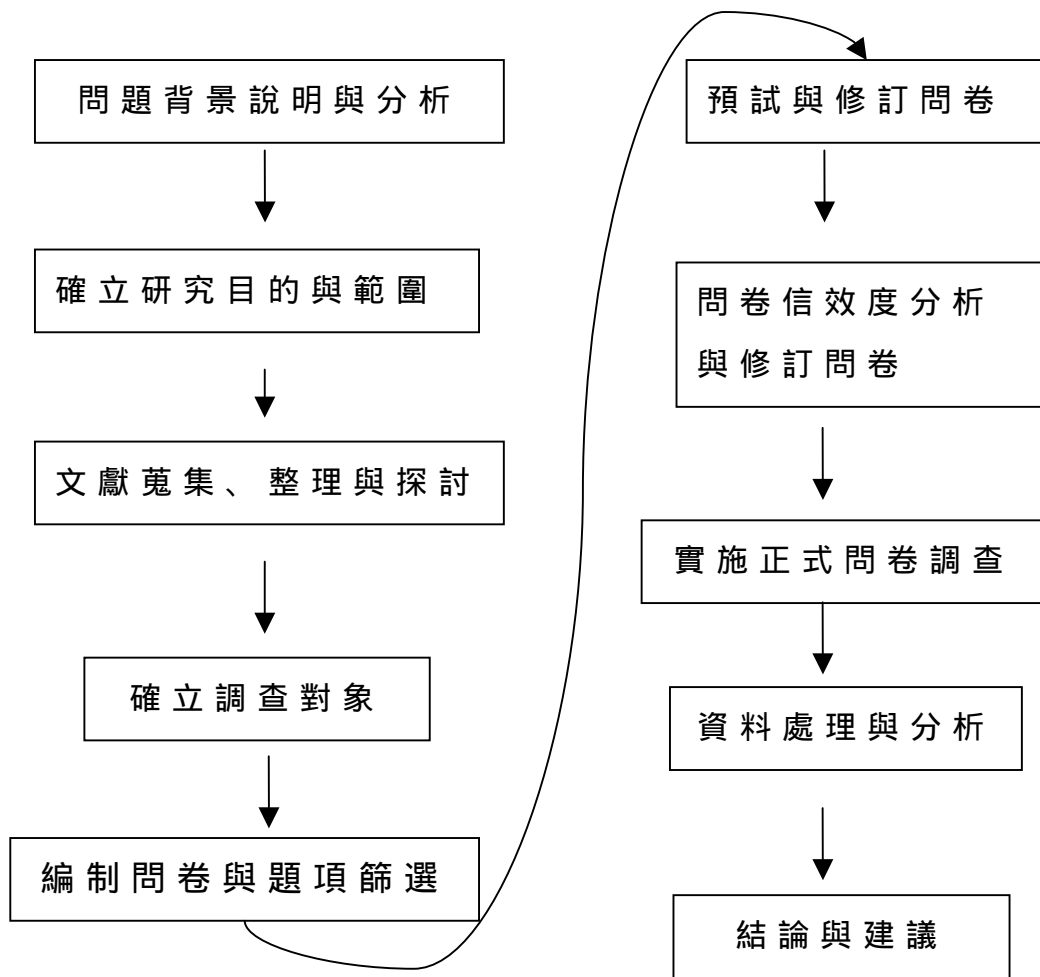


圖 3-2 研究流程

## 第二節 研究對象

本研究以俱樂部會員之休閒運動價值觀探討為議題，研究對象限制以台中市世界健身俱樂部之會員為對象。並於俱樂部中採便利取樣方式發放問卷數，整個問卷的發放程序，為研究者與本校休閒運動管理研究所同學一同至俱樂部現場親自講解與發放，並當場收回，為期一個禮拜，於民國 92

年 4 月 16 日至 4 月 23 日。分早上、下午、晚上三個時段，以能全面抽取俱樂部會員之人數。

### 第三節 研究工具

本研究主要採自編的俱樂部會員休閒運動價值觀量表與自編的人口統計變項問卷，為本次研究的衡量工具，以利本研究的實證資料蒐集，而其編制過程分述如下：

#### 一、編擬問卷

本問卷在編制與修訂上，乃根據研究目的、研究架構、相關文獻資料以及有關學者專家所提出的開放式問卷為基礎，並與專家討論後使編入本問卷。

本問卷內容主要分成二部分，第一部分為人口統計變項資料，本研究基本人口統計變項包括性別、實際年齡、每月個人經濟收入、職業、教育程度、婚姻狀況與參與時間等七項資料，用來解釋本俱樂部會員之基本特徵。此部分採用百分數的多寡，來反應本研究在人口統計變項所代表的趨勢。第二部分為休閒運動價值觀，採用自編的俱樂部會員休閒運動價值觀量表。本問卷的填答方式，乃是採用李克特五點量表（Likert scale）予以評分。從非常同意、同意、無意見、不同意、非常不同意，分別給予 5、4、3、2、1、的分數；只有在獲得快樂一題中給予反向分數。本研究休閒運動價值觀量表設計中，受試者以所有因素的得分總分與平均數，來代表其對參與休閒運動之休閒運動價值觀；而受試群在各因素的平均數最高時，則表示該群體對休閒運動價值觀的反應最偏向該因素。本研究的初始題目共有 72 題，經題項篩選

後剩下 58 題，再經項目分析及因素分析等方法檢驗後，共萃取出五大休閒運動價值觀之構面，共有 20 題採李克特五點量表（Likert scale）的休閒運動價值觀填答題。

在相關文獻部分，本問卷的休閒運動價值觀量表，由於目前對休閒運動價值觀的課題，工具與方向不盡相同，所提出的價值概念也頗有出入，為將價值之各種觀點納入本研究之分析，凡文獻與休閒運動之參與動機、樂趣、功能、認知與目標有關之探討所提出的見解，亦納入本階段所查考的範圍。

開放式問卷部分，本問卷主要聘請俱樂部之主管 1 人、專家學者 5 人以及研究對象 4 人共 10 名，多方蒐集預試題項，並瞭解俱樂部會員之休閒運動價值觀，再將此資料予以編制。

在與專家討論的部分，本問卷主要是與中國文化大學體育系主任蘇俊賢、臺中健康暨管理學院體育室主任李明榮以及國立台灣體育學院副教授楊秀珠等進行討論。

## 二、問卷預試

本研究的初稿問卷完成後，採李克特（Likert scale）四點量表，經 30 位俱樂部會員題項篩選後，經 Microsoft Excel XP 統計套裝軟體計算分析後，將平均數小於 3 者剔除，結果剩下 58 題，成為預試問卷。預試對象的性質應與正式問卷要抽取的對象性質相同。而量表題數與預試人數比例約為 1 比 5 最為適合（吳明隆，民 89）。完成後將此 58 題編制完成，在量表的計算採李克特（Lilert scale）五點量表計算。

本預試問卷於民國 92 年 2 月 24 日至民國 92 年 3 月 5 日，於台中市亞力山大健康休閒俱樂部中港店、東方健身俱樂部、沛綠雅健身俱樂部、永豐棧生活會館、現代健身俱樂部共五家之會員，發出 190 份預試問卷，共計回收 174 份，有效回收率 91.58%，以達很好的程度。根據 Babbie 在 1973 年所提出的概略性指標指出，回收率至少要達 50%，才是適當；回收率至少達 60%，才算好；回收率達 70% 以上，則算很好（王文科，民 88）。預試地點如表 3-1。

表 3-1 預試地點與抽樣對象

預試發放地點	發放問卷	有效問卷	有效率
亞力山大中港店	60	54	90.00%
東方健身俱樂部	30	26	86.67%
沛綠雅健身俱樂部	20	20	100.00%
永豐棧生活會館	45	43	95.56%
現代健身俱樂部	35	31	55.57%
總計	190	174	91.58%

#### 第四節 信效度之建立

##### 一、量表建構的統計分析流程

本量表建構的統計分析流程從量表初稿編制開始，經由題項篩選、預試、項目分析、因素分析、因素命名、信度分析等過程，最後據此訂定為正式量表（吳明隆，民 89）。如圖 3-2）

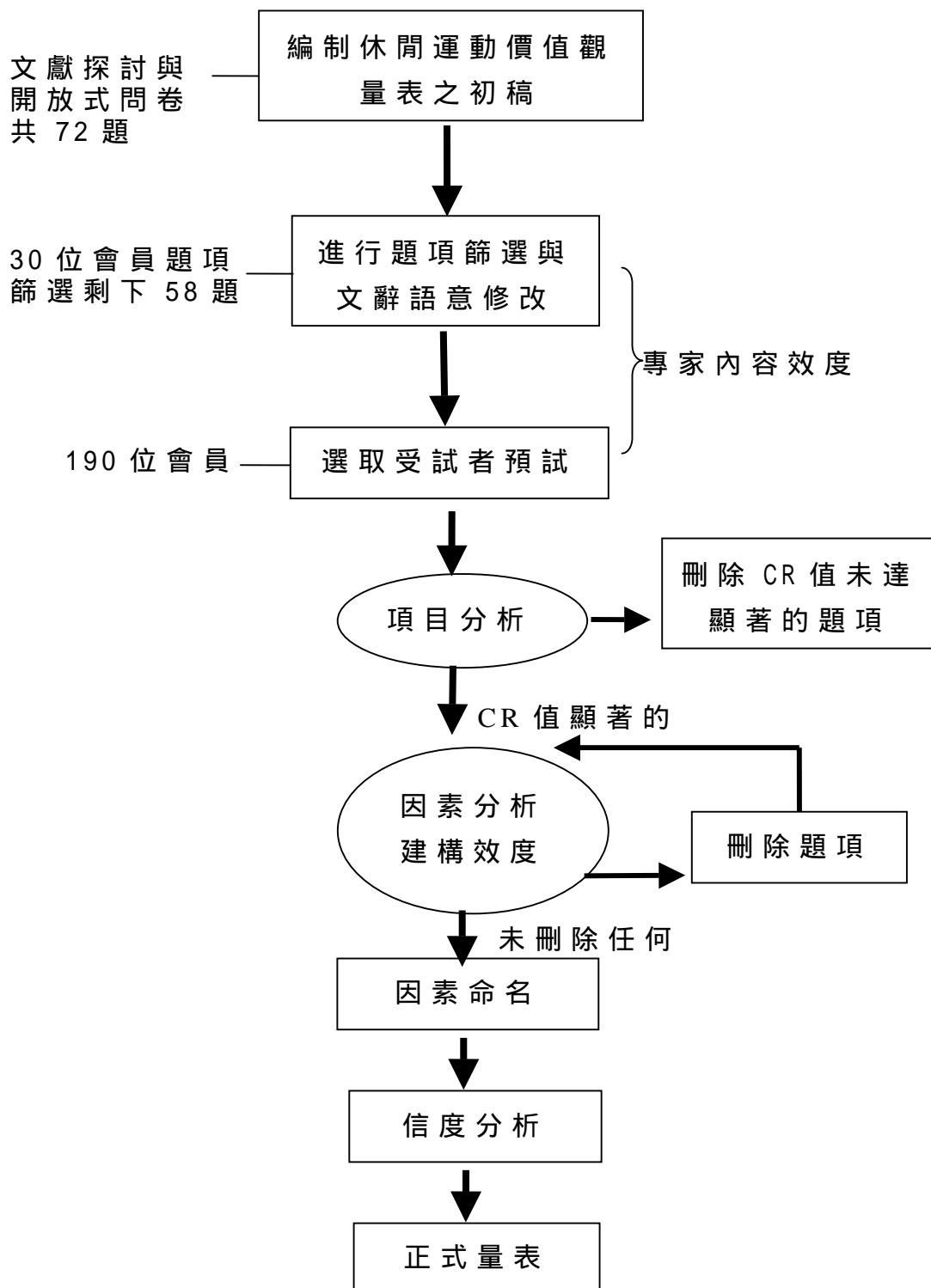


圖 3-3 量表編制流

## 二、項目分析

項目分析主要目的在針對預試的題目加以分析，以作為正式選題的參考。依據吳明隆（民 89）的建議，先求出量表的總分，再找出高低分組上下 27% 處的分數，依臨界分數觀察值在量表之得分分成高低兩組，以獨立樣本  $t$  檢定考驗二組在每個題項的差異，將  $t$  考驗結果未達顯著性的題項刪除。本研究共回收 174 份有效預試問卷，所有題項皆達顯著性且 CR 值皆大於 3 ( $p < .05$ )，此即表示這些題項能鑑別不同受試者的反應程度，因此皆予以採用。

## 三、因素分析

### （一）建構效度

項目分析完後，為考驗量表的建構效度（construct validity），應進行因素分析。本量表經以上的項目分析後，將此 58 題進行因素分析。而在實際教育研究中，量表的建構有時需要進行二至三次因素分析，因為部分量表在第一次因素分析時，因素層面所包括的題項內容差異太大，納入同一層面，解釋較不合適，因而可能需要刪除部分題項（吳明隆，民 89）。分析結果顯示本量表之 KMO 值為 .880，Bartlett 近似卡方分配為 2168.275，自由度為 190 均達顯著（如表 3-2），代表適合進行因素分析。經第一次因素分析後，刪除層面所涵蓋的題項內容太少者以及因素層面所包括的題項內容差異太大者，剩下 20 項題。以主成分分析法並配合最大變異法（Varimax）行正交轉軸，特徵值大於一的因素共

有五個（如圖 3-4）。後經因素命名，第 1、13、41、43、44 為第一因素命名為「健康」，第 21、30、46、51、52 為第二因素命名為「人際關係」，第 6、7、8、9 為第三因素命名為「發現自我」，第 34、39、40 為第四因素命名為「樂趣與滿足」，第 17、18、22 為第五因素命名為「冒險」。

表 3-2 KMO 與 Bartlett 檢定

Kaiser-Meyer-Olkin 取樣適切性量數	.880
Bartlett 近似卡方分配	2168.275
自由度	190
顯著性	.000

因素陡坡圖

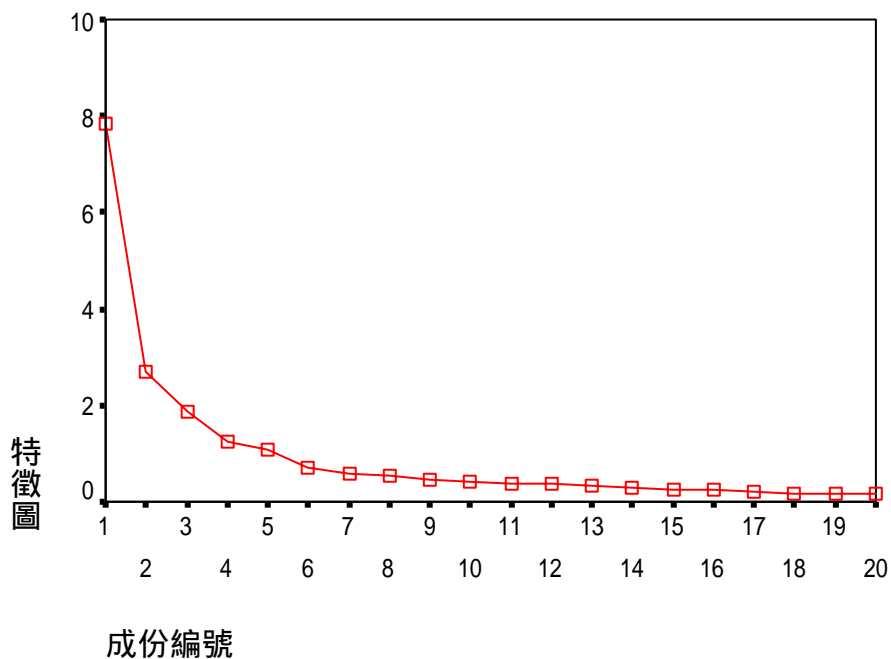


圖 3-4 因素陡坡圖

(二) 內容效度

所謂內容效度，係指問卷題目足以代表所欲測量之特質的程度，是最基本層級的效度考驗。本研究為確保問卷內的

人口統計變項與休閒運動價值觀二大部分的測驗具有內容效度，除了根據各研究人員的文獻與專家學者的開放式問卷為本研究之主要架構外，在問卷初稿完成後，函請與本研究有關的俱樂部主管以及休閒運動與統計學等六位專家學者（如附錄一），進行本問卷的審視、檢驗與校正，並經實際篩選作答後，才予以定案。俾使選入的題目足以代表所包含的各項內容，以落實本研究的效度問題。

### 三、信度分析

在因素分析完後，為進一步瞭解問卷的可靠性與有效性，需實施信度考驗。信度方面以內部一致性分析來檢驗各項目所測量的特質是否具備同質性（Devellis, 1991），內在信度最常使用的方法是 Cronbach's alpha 係數。如果係數在 .80 以上，表示量表有高的信度（Bryman & Cramer, 1997）。在信度內一致性的考驗方面，係數為 .8385 至 .8975，總量表的係數為 .9171，顯示本量表具有有相當高的內部一致性（如表 3-3 與 3-4 所示）。

## 第五節 問卷調查實施過程

本問卷實施前，研究者事前於此俱樂部實習半年，於民國 92 年 4 月 16 日星期三至 92 年 4 月 23 日星期三為期一個星期，以能含括俱樂部大部分的會員，分早上、下午、晚上三個時段，由研究者與本校休閒運動管理研究所學生親自到台中市世界健身俱樂部內進行抽樣調查。本研究共計發放 320 份問

表 3-3 建構效度因素分析摘要表

題目	因子				
	1	2	3	4	5
A13 幫助預防慢性疾病（心血管、高血壓、糖尿病等）	.842	.100	.107		.214
A1 帶來健康的身體	.836		.176		.187
A43 減少疾病的產生	.816	.129		.281	
A44 調養身體	.807	.116	.100	.328	
A41 增加體適能	.730	.128	.218	.286	-.107
A46 有更多機會與家人共享運動的樂趣突破代溝的問題		.823	.251	.162	
A30 增加親子間的溝通		.808		.133	.313
A52 增進家庭和樂與和諧	.200	.777	.101	.279	
A21 增進親子間的互動		.721	.146		.425
A51 對人更和諧	.227	.708	.125	.225	.130
A8 挑戰個人極限	.141	.146	.765		.285
A6 學習運動技能	.149	.138	.763	.172	.101
A7 開發個人潛能		.222	.762		.370
A9 克服個人的惰性	.196		.755	.203	
A39 享受到生活的滿足感	.173	.258	.102	.794	.260
A40 提高生活的滿意度	.119	.333		.788	.173
A34 能獲得快樂	.209	.129	.251	.716	.156
A17 增加膽識	.136	.225	.342	.214	.745
A18 培養獨立自主的個性	.203	.216	.136	.304	.742
A22 使您更勇於嘗試新鮮事		.277	.269	.151	.722
特徵值	7.849	2.685	1.859	1.255	1.080
累積變異量	17.98	35.35	49.48	61.72	73.64
	4%	4%	6%	5%	0%

表 3-4 信度考驗內部一致性分析摘要表

各分量表名稱	內含題目	Cronbach alpha
健康	1、13、41、43、44	.8975
人際關係	21、30、46、51、52	.8823
發現自我	6、7、8、9	.8389
樂趣與滿足	34、39、40	.8402
冒險	17、18、22	.8385
總計		.9171

卷，有效回收樣本有 308 份，樣本回收率達 96.25%。因此，根據 Babbie 在 1973 年所提出的概略性指標指出，回收率達 70% 以上，則算很好（王文科，民 88），顯示本問卷回收率以達很好的程度。（如表 3-5）

表 3-5 正式問卷實施地點與問卷回收之樣本數

問卷實施地點	回收樣本數	有效樣本數	有效率
台中市世界 健身俱樂部	320 份	308 份	96.25 %

## 第六節 資料分析與統計處理

本研究問卷回收後，剔除無效問卷，並予以編碼，所得的各項資料，以統計套裝軟體 SPSS 10.0 For Windows，進行資料建檔並加以分析，以驗證各項假設。本問卷調查蒐集之資料統計分析主要分為兩大類：非假設性之統計分析與假設性之統計分析。

### 一、非假設性之統計分析

在描述性統計方面分為第一次數分配及百分比，用以分析人口統計變項與休閒運動價值觀的特性。第二平均數及標準差，用來描述樣本在休閒運動價值觀的特性與順序。第三因素分析，用以考驗俱樂部會員之休閒運動價值觀量表的效度及刪除不適用的題目，以萃取樣本於休閒運動價值觀上的構面，用主成分分析法抽取因素特徵值大於 1 的共同因素，再以最大變異數分析法做直線正交轉軸。

### 二、假設性之統計分析

（一） $t$  檢定：主要用於分析人口統計變項之樣本，並

設定性別此一變數，在休閒運動價值觀上是否有顯著差異。

(二) Kendall 等級相關 ( ) 分析：分析不同人口統計變項與參與時間之相關性。

(三) 單因子多變量變異數分析：檢定不同人口統計變項與參與時間的參與者，在休閒運動價值觀上是否有顯著差異。

(四) 多重事後比較 (Least-Significant difference, LSD)：在資料窺探 (data snooping) 的工作考驗中，根據 Kirk (1982) 指出，在各種常用的事後比較 (Post-hoc comparison) 方法中，可以從保守 (conservative) 與統計強韌性 (Powerful) 二個向度加以區分。就保守性而言 Turkey 法最保守，其次為 LSD 法及 Newman-Keuls 法最後為 Duncan 法；若是以統計強韌性而言，則以 Duncan 法最高，其次為 LSD 法及 Newman-Keuls 法，最低為 Turkey 法。由於雪費法 (Scheffe's method) 因適用於多組平均數間的比較，對研究中如有包含二組間的比較，則會因敏銳度較低而較不適用 (王保進，民 88)。本研究屬於初步探索性問題，除了考慮統計的強韌性外並盡量找出與本研究變項的可能差異外，仍要兼顧傳統的保守性，因此本研究採用 LSD 進行事後比較，以檢定群體之間的差異。

(五) 本研究統計分析中，所有的差異性考驗之顯著水準均定為  $p = .05$ 。

## 第四章 研究結果

本章節依據有效樣本之人口統計變項、參與時間與休閒運動價值觀量表所獲得的結果進行統計分析與檢視後，來驗證各項研究假設。本章節共分為四大部分加以討論，第一節有效樣本之人口統計特性與參與時間分析；第二節不同人口統計變項在休閒運動價值觀量表的差異性顯著考驗；第三節不同人口統計變項與參與時間之 Kendall 等級相關分析；第四節不同參與時間在休閒運動價值觀量表上的差異性顯著考驗。

### 第一節 有效樣本之人口統計特性與參與時間分析

本研究所的到的有效樣本，經統計分析及驗證後發現

#### 一、性別

在 308 份有效問卷中，以女性 190 人，佔 61.7% 多於男性 118 人佔 38.3%。

#### 二、實際年齡

研究對象實際年齡主要分佈在 15 歲到 64 歲之間。其其中 25-34 歲共有 142 人佔 46.1% 最多，其次是 15-24 歲共有 79 人佔 25.6%，接著 35-44 歲共有 51 人佔 16.6%，再來 45-54 歲共有 27 人佔 8.8%，55-64 歲共有 9 人佔 2.9% 最少。

#### 三、每月個人收入

抽樣的對象其收入以 20,000-40,000 元最多有 144 人佔 46.8%，第二多為 20,000 元以下有 73 人佔 23.7%，第三為 40,000-60,000 元有 65 人佔 21.1%，60,000 元以上最少有 26

人佔 8.4%。

#### 四、職業

抽樣的對象以專業人員最多有 73 人佔 23.7%，第二多為事務工作人員有 49 人佔 15.9%，第三多為服務工作人員及售貨員與學生各有 48 人各佔 15.6%，第四多為家管有 22 人佔 7.1%，第五多為民意代表、行政主管、企業主管及經理人有 20 人佔 6.5%，第六多為技術員及助理專業人員有 18 人佔 5.8%，第七多為技術工及有關工作者與其他各有 9 人佔 2.9%，第八多為待業中或退休有 7 人佔 2.3%，第九多為機械設備操作工及組裝工有 2 人佔 .6%，最後現役軍人與農、林、漁、牧相關共作人員與非技術工及體力勞動者各有 1 人，各佔有 .3%。

#### 五、教育程度

抽測樣本的教育程度以大學(專)最多有 200 位佔有 64.9%，其次高中(職)有 80 位佔有 26.0%，第三為研究所(碩、博士)有 21 人佔有 6.8%，第四為中學(國中、初中)有 7 人佔有 2.3%。

#### 六、婚姻狀況

抽樣的對象中未婚的佔最多有 202 人佔有 65.6%，已婚有 103 人佔有 33.4%，單親的有 3 人佔有 1%。

#### 七、參與時間

從有效樣本 308 份中參與俱樂部時間多為一年以下有 191 位佔有 62%，其次一年到二年有 97 位佔有 31.5%，第三多為三年以上有 15 位佔有 4.9%，二到三年有 5 人佔有 1.6%。(如表 4-1 所示)

表 4-1 人口統計變項與參與時間狀況分配表

人口統計變項	組 別	人 數	百分比 (%)
性 別	男性	118	38.3
	女性	190	61.7
實際年齡	15-24 歲	79	25.6
	25-34 歲	142	46.1
	35-44 歲	51	16.6
	45-54 歲	27	8.8
	55-64 歲	9	2.9
	65 歲以上	0	0
	每月個人收入	20,000 元以下	73
20,000 40,000 元		144	46.8
40,000 60,000 元		65	21.1
60,000 元以上		26	8.4
職 業	現役軍人	1	.3
	民意代表、行政主管、 企業主管及經理人	20	6.5
	專業人員	73	23.7
	技術員及助理專業人員	18	5.8
	事務工作人員	49	15.9
	服務工作人員及售貨員	48	15.6
	農、林、漁、牧相關共 作人員	1	.3
	機械設備操作工及組裝 工	2	.6
	技術工及有關工作者	9	2.9
	非技術工及體力勞動者	1	.3
	學生	48	15.6
	待業中或退休	7	2.3
	家管	22	7.1
	其他	9	2.9
教育程度	小學	0	0
	中學（國中、初中）	7	2.3

(表 4-1 接下表)

(表 4-1 承上表)

人口統計變項	組別	人數	百分比 (%)
	高中 (職)	80	26.0
	大學 (專)	200	64.9
	研究所 (碩、博士)	21	6.8
	其他	0	0
婚姻狀況	已婚	103	33.4
	未婚	202	65.6
	單親	3	1.0
參與時間	一年以下	191	62.0
	一年到二年	97	31.5
	一年到三年	5	1.6
	三年以上	15	4.9

N= 308

## 第二節 不同人口統計變項在休閒運動價值觀量表的差異性顯著考驗

本研究依照第三章的因素分析，而得到的休閒運動價值觀量表，共有五個構面，將人口統計變項與休閒運動價值觀量表，進行分析考驗。

### 一、休閒運動價值觀量表評量分析結果

將有效樣本 308 份，按其平均得分排序如表 4-2 所示。而在休閒運動價值觀因素的排序上則是以「健康」為主要因素，其次為樂趣與滿足接著為發現自我、冒險與人際關係如表 4-3 所示。

表4-2 休閒運動價值觀評量分析表

優先順序	原題別順序	問卷題目	平均數	標準差
1	15	提升健康適能	4.51	.53
2	1	帶來健康的身體	4.51	.53
3	16	減少疾病的產生	4.44	.59
4	17	調養身體	4.37	.58
5	6	幫助慢性疾病的預防(心血管、高血壓、糖尿病等)	4.30	.68
6	12	獲得快樂	4.30	.63
7	13	享受生活的滿足感	4.21	.67
8	14	提高對生活的滿意度	4.16	.68
9	5	克服個人的惰性	4.14	.74
10	4	挑戰個人極限	3.96	.76
11	10	使我更勇於嘗試新鮮事	3.92	.77
12	2	學習運動技能	3.89	.69
13	3	開發個人潛能	3.87	.72
14	19	與人相處更和諧	3.83	.73
15	8	培養獨立自主的個性	3.74	.81
16	20	增進家庭和樂與和諧	3.65	.82
17	7	增加膽識	3.56	.80
18	18	有更多的機會與家人共享運動的樂趣突破代溝的問題	3.52	.83
19	9	增進親子間的互動	3.34	.83
20	11	增進親子間的溝通	3.29	.76

N = 308

表4-3 休閒運動價值觀因素排序表

編號	動機因素	平均數	題項	每題平均得分	標準差
1	健康	22.1396	5	4.42752	2.2215
4	樂趣與滿足	12.6656	3	4.22187	1.7559
3	發現自我	15.8636	4	3.96590	2.1765
5	冒險	11.2175	3	3.73917	2.0003
2	人際關係	17.6331	5	3.52662	3.2684

二、不同性別在休閒運動價值觀量表的差異顯著性考驗  
 男女受試樣本，在休閒運動價值觀量表反應的差異情形，*t*考驗加以分析後發現（如表4-5所示），在休閒運動價值觀之各因素變項無顯著差異，故虛無假設1-1應接受。由表4-4中的平均數可發現女性在人際關係、發現自我、樂趣與滿足、冒險四大休閒運動價值觀因素層面上，均比男性有更高的知覺反應。

**表4-4 性別在量表之基本統計量分析表**

休閒運動價值觀 因素層面名稱	性別	人數	平均數	標準差	平均數估計標準誤
健康	男性	118	22.4068	2.2992	.2117
	女性	190	21.9737	2.1613	.1568
人際關係	男性	118	17.6271	3.3045	.3042
	女性	190	17.6368	3.2546	.2361
發現自我	男性	118	16.1610	2.2110	.2035
	女性	190	15.6789	2.1398	.1552
樂趣與滿足	男性	118	12.6441	1.8329	.1687
	女性	190	12.6789	1.7112	.1241
冒險	男性	118	11.2119	2.0333	.1872
	女性	190	11.2211	1.9850	.1440
休閒運動價值觀	男性	118	80.0508	8.7441	.8050
	女性	190	79.1895	8.7394	.6340

*N*=308

表4-5 性別在量表的獨立樣本t檢定摘要表

		F值	顯著性	T值	df	顯著性(雙尾)	平均數差異	標準誤差異	95% 信賴區間估計值	
									下限	上限
健康	假定變異數相等	.543	.462	1.668	306	.096	.4331	.2596	-7.7769	.9440
	假定變異數不相等			1.644	236.556	.101	.4331	.2634	-8.5827	.9520
人際關係	假定變異數相等	.389	.533	-.025	306	.980	-9.7235	.3837	-.7648	.7453
	假定變異數不相等			-.025	245.317	.980	-9.7235	.3851	-.7682	.7488
發現自我	假定變異數相等	.011	.916	1.898	306	.059	.4821	.2540	-1.7790	.9819
	假定變異數不相等			1.883	242.019	.061	.4821	.2560	-2.2167	.9863
樂趣與滿足	假定變異數相等	.989	.321	-.169	306	.866	-3.4880	.2061	-.4405	.3707
	假定變異數不相等			-.167	235.275	.868	-3.4880	.2095	-.4476	.3778
冒險	假定變異數相等	.003	.960	-.039	306	.969	-9.1882	.2348	-.4713	.4529
	假定變異數不相等			-.039	243.655	.969	-9.1882	.2362	-.4744	.4560
休閒運動	假定變異數相等	.219	.640	.841	306	.401	.8614	1.0245	-1.1547	2.8774
	假定變異數不相等			.841	248.091	.401	.8614	1.0247	-1.1568	2.8795

### 三、實際年齡在休閒運動價值觀量表的差異性顯著考驗

不同實際年齡的受試樣本，在休閒運動價值觀量表反應的差異情形經單因子多變量變異數分析後發現(如表4-6、表4-7所示)，在休閒運動價值觀量表變項上有顯著差異( $Wilk's A=.877^*$ )，故虛無假設1-2應加以拒絕。而且不同實際年齡的受試樣本，在健康層面上，其F值顯著( $F = 3.653; p < .05$ )。經LSD事後多重考驗得知(如表4-8)，在健康層面上：15-24歲的參與者比45-54歲的參與者，有著更認同的休閒運動價值

觀傾向；25-34歲的參與者比35-44歲及45-54歲的參與者，有著更認同的休閒運動價值觀傾向。在人際關係層面上：35-44歲的參與者比15-24歲的參與者，有著更認同的休閒運動價值觀傾向。在發現自我層面上：25-34歲的參與者比15-24歲及45-54歲的參與者，有著更認同的休閒運動價值觀傾向。在休閒運動價值觀層面上25-34歲的參與者比15-24歲的參與者，有更認同休閒運動價值觀的傾向。

**表4-6 實際年齡在量表之多變量變異數分析摘要表**

變異來源	df	SSCP					Wilk's $\Lambda$
		健康	人際關係	發現自我	樂趣與滿足	冒險	
健康		69.691	-36.864	46.296	20.822	13.888	
人際關係		-36.864	77.021	-6.076	-1.644	7.398	
組間 發現自我	4	46.296	-6.076	39.274	13.420	16.308	.877*
樂趣與滿足		20.822	-1.644	13.420	12.331	4.252	
冒險		13.888	7.398	16.308	4.252	12.676	
健康		1445.306	841.640	732.567	619.558	583.758	
人際關係		841.640	3202.521	894.667	830.855	1291.183	
組內 發現自我	303	732.567	894.667	1414.999	422.535	650.828	
樂趣與滿足		619.558	830.855	422.535	934.225	560.153	
冒險		583.758	1291.183	650.828	560.153	1215.749	
健康		1514.997	804.776	778.863	640.38	597.646	
人際關係		804.776	3279.542	888.591	829.211	1298.581	
全體 發現自我	307	778.863	888.591	1454.273	435.955	667.136	
樂趣與滿足		640.38	829.211	435.955	946.556	564.405	
冒險		597.646	1298.581	667.136	564.405	1228.425	

\* $p < .05$

**表4-7 實際年齡在量表之單變項變異數分析摘要表**

變異來源	層面名稱	SS	df	MS	F	Sig.
年齡 (組間)	健康	69.691	4	17.423	3.653	.006*
	人際關係	77.021	4	19.255	1.822	.124
	發現自我	39.274	4	9.819	2.102	.080*
	樂趣與滿足	12.331	4	3.083	1.000	.408
	冒險	12.676	4	3.169	.790	.533
誤差 (Error)	健康	1445.306	303	4.770		
	人際關係	3202.521	303	10.569		
	發現自我	1414.999	303	4.670		
	樂趣與滿足	934.225	303	3.083		
	冒險	1215.749	303	4.012		

\* $p < .05$

**表4-8 實際年齡在量表之LSD事後多重比較考驗分析摘要表**

依變項	年齡(I)	年齡(J)	平均數差異 (I-J)	Std. Error	顯著性 (Sig.)	95%信賴區間	
						下限	上限
健康	15-24歲	45-54歲	1.0389	.4869	.034*	8.083E-02	1.9970
		35-44歲	.8771	.3565	.014*	.1755	1.5787
	25-34歲	45-54歲	1.5263	.4585	.001*	.6240	2.4287
人際關係	35-44歲	15-24歲	1.4510	.5840	.014*	.3018	2.6001
發現自我	25-34歲	15-24歲	.6079	.3033	.046*	1.099E-02	1.2047
		45-54歲	1.1161	.4537	.014*	.2233	2.0089
休閒運動價值觀	25-34歲	15-24歲	2.4185	1.2247	.049*	8.557E-03	4.8285

\* $p < .05$

#### 四、每月個人收入在休閒運動價值觀量表差異性顯著考驗

不同每月個人收入的受試樣本，在休閒運動價值觀量表反應的差異情形，經單因子多變量變異數分析後發現（如表4-9、表4-10），在休閒運動價值觀量表變項上無顯著差異（*Wilk's A* = .939）故虛無假設1-3應加以接受。

**表4-9 每月個人收入量表之多變量變異數分析摘要表**

變異來源	df	SSCP					Wilk's $\Lambda$	
		健康	人際關係	發現自我	樂趣與滿足	冒險		
組間	3	健康	21.649	6.229	7.561	-2.548	6.492	.939
		人際關係	6.229	44.269	25.735	18.394	19.997	
		發現自我	7.561	25.735	18.641	10.271	16.572	
		樂趣與滿足	-2.548	18.394	10.271	9.017	8.199	
		冒險	6.492	19.997	16.572	8.199	15.841	
組內	304	健康	1493.347	798.547	771.302	642.928	591.154	
		人際關係	798.547	3235.273	862.856	810.817	1278.584	
		發現自我	771.302	862.856	1435.632	425.684	650.564	
		樂趣與滿足	642.928	810.817	425.684	937.538	556.207	
		冒險	591.154	1278.584	650.564	556.207	1212.584	
全體 總和	307	健康	2986.694	1597.094	1542.604	1285.856	1182.308	
		人際關係	1597.094	6470.546	1725.712	1621.634	2557.168	
		發現自我	1542.604	1725.712	2871.264	851.368	1301.128	
		樂趣與滿足	1285.856	1621.634	851.368	1875.076	1112.414	
		冒險	1182.308	2557.168	1301.128	1112.414	2425.168	

\* $p < .05$

**表4-10 每月個人收入在量表之單變項變異數分析摘要表**

變異來源	層面名稱	SS	df	MS	F	Sig.
每月個人 收入 (組間)	健康	21.649	3	7.216	1.469	.223
	人際關係	44.269	3	14.756	1.387	.247
	發現自我	18.641	3	6.214	1.316	.269
	樂趣與滿足	9.017	3	3.006	.975	.405
	冒險	15.841	3	5.280	1.324	.267
誤差 (Error)	健康	1493.347	304	4.912		
	人際關係	3235.273	304	10.642		
	發現自我	1435.632	304	4.722		
	樂趣與滿足	937.538	304	3.084		
	冒險	1212.584	304	3.989		

\* $p < .05$

五、職業在休閒運動價值觀量表的差異性顯著考驗  
 不同職業的受試樣本，在休閒運動價值觀量表反應的  
 差異情形，經單因子多變量變異數分析後發現（如表4-11、

表4-12所示), 在休閒運動價值觀量表變項上無顯著差異 ( *Wilk's A* = .841 ) , 故虛無假設1-4應加以接受。

**表4-11 職業在量表之多變量變異數分析摘要表**

變異來源	df	SSCP					<i>Wilk's A</i>
		健康	人際關係	發現自我	樂趣與滿足	冒險	
組間	健康	77.670	.349	44.294	24.177	4.104	.841
	人際關係	.349	167.853	10.279	21.485	67.355	
	發現自我	44.294	10.279	64.097	10.084	9.848	
	樂趣與滿足	24.177	21.485	10.084	16.238	6.467	
	冒險	4.104	67.355	9.848	6.467	38.943	
組內	健康	1437.327	804.427	734.569	616.203	593.542	
	人際關係	804.427	3111.689	878.312	807.726	1231.226	
	發現自我	734.569	878.312	1390.175	425.870	657.288	
	樂趣與滿足	616.203	807.726	425.870	930.318	557.939	
	冒險	593.542	1231.226	657.288	557.939	1189.483	
全體 總和	健康	1514.997	804.776	778.863	640.38	597.646	
	人際關係	804.776	3279.542	888.591	829.211	1298.581	
	發現自我	778.863	888.591	1454.272	435.954	667.136	
	樂趣與滿足	640.38	829.211	435.954	946.556	564.406	
	冒險	597.646	1298.581	667.136	564.406	1228.426	

\* $p < .05$

**表4-12 職業在量表之單變項變異數分析摘要表**

變異來源	層面名稱	SS	df	MS	F	Sig.
年齡 (組間)	健康	77.670	13	5.975	1.222	.262
	人際關係	167.853	13	12.912	1.220	.264
	發現自我	64.097	13	4.931	1.043	.410
	樂趣與滿足	16.238	13	1.249	.395	.971
	冒險	38.943	13	2.996	.740	.723
誤差 (Error)	健康	1437.327	294	4.889		
	人際關係	3111.689	294	10.584		
	發現自我	1390.175	294	4.728		
	樂趣與滿足	930.318	294	3.164		
	冒險	1189.483	294	4.046		

\* $p < .05$

六、教育程度在休閒運動價值觀量表的差異性顯著考驗  
 不同教育程度的受試樣本，在休閒運動價值觀量表反應的差異情形，經單因子多變量變異數分析後發現（如表4-13、表4-14所示），在休閒運動價值觀量表變項上有顯著差異（*Wilk's A* = .887\*），故虛無假設1-5應加以拒絕。而且不同的教育程度的受試樣本，在健康層面上，其*F*值顯著（*F* = 2.862；*p* < .05）；在冒險層面上，其*F*值顯著（*F* = 3.151；*p* < .05）。經LSD事後多重考驗得知（如表4-15），在健康層面上：大學（專）的參與者要比高中（職）的參與者有更認同的休閒運動價值觀傾向；研究所（碩、博士）參與者要比高中（職）的參與者有更認同的休閒運動價值觀傾向。在冒險層面上：高中（職）的參與者要比大學（專）的參與者有更認同的休閒運動價值觀傾向。

**表4-13 教育程度在量表之多變量變異數分析摘要表**

變異來源	df	SSCP					<i>Wilk's A</i>
		健康	人際關係	發現自我	樂趣與滿足	冒險	
組間	3	41.609	-36.599	12.819	2.994	-36.357	.887*
		-36.599	43.746	-11.601	-3.798	39.003	
		12.819	-11.601	9.480	-.211	-9.039	
		2.994	-3.798	-.211	.579	-3.823	
		-36.357	39.003	-9.039	-3.823	37.047	
組內	304	1473.387	841.375	766.045	637.386	634.004	
		841.375	3235.797	900.192	833.009	1259.579	
		766.045	900.192	1444.793	436.166	676.175	
		637.386	833.009	436.166	945.976	568.229	
		634.004	1259.579	676.175	568.229	1191.379	
全體總和	307	1514.996	804.776	778.864	640.38	597.647	
		804.776	3279.543	888.591	829.211	1298.582	
		778.864	888.591	1454.273	435.955	667.136	
		640.38	829.211	435.955	946.555	564.406	
		597.647	1298.582	667.136	564.406	1228.426	

\**p* < .05

**表4-14 教育程度在量表之單變項變異數分析摘要表**

變異來源	層面名稱	SS	df	MS	F	Sig.
教育程度 (組間)	健康	41.609	3	13.870	2.862	.037*
	人際關係	43.746	3	14.582	1.370	.252
	發現自我	9.480	3	3.160	.665	.574
	樂趣與滿足	.579	3	.193	.062	.980
	冒險	37.047	3	12.349	3.151	.025*
誤差 (Error)	健康	1473.387	304	4.847		
	人際關係	3235.797	304	10.644		
	發現自我	1444.793	304	4.753		
	樂趣與滿足	945.976	304	3.112		
	冒險	1191.379	304	3.919		

\* $p < .05$

**表4-15 教育程度在量表之LSD事後多重比較考驗分析摘要表**

依變項	教育程度 (I)	教育程度 (J)	平均數差異 (I-J)	Std. Error	顯著性 (Sig.)	95%信賴區間	
						下限	上限
健康	大學(專)	高中(職)	.7125	.2912	.015*	.1394	1.2856
	研究所(碩、博士)	高中(職)	1.2696	.5398	.019*	.2074	2.3318
冒險	高中(職)	大學(專)	.7750	.2619	.003*	.2597	1.2903

\* $p < .05$

七、婚姻狀況在休閒運動價值觀量表的差異性顯著考驗  
 不同婚姻狀況的受試樣本，在休閒運動價值觀量表反應的差異情形，經單因子多變量變異數分析後發現（如表4-16、表4-17所示），在休閒運動價值觀量表變項上有顯著差異（ $Wilk's A = .909^*$ ），故虛無假設1-6應加以拒絕。而

且不同的婚姻狀況的受試樣本，在人際關係層面上，其F值顯著（ $F = 7.707 ; p < .05$ ）。經LSD事後多重考驗得知（如表4-18），在人際關係層面上：已婚的參與者要比未婚的參與者有更認同的休閒運動價值觀傾向。

**表4-16 婚姻狀況在量表之多變量變異數分析摘要表**

變異來源	df	SSCP					Wilk's $\Lambda$
		健康	人際關係	發現自我	樂趣與滿足	冒險	
組間	2	10.344	-37.949	-1.368	1.790	-12.131	.909*
		-37.949	157.776	9.960	-13.468	48.388	
		-1.368	9.960	1.498	-2.075	2.638	
		1.790	-13.468	-2.075	2.876	-3.543	
		-12.131	48.388	2.638	-3.543	15.040	
組內	305	1504.653	842.725	780.231	638.590	609.777	
		842.725	3121.766	878.631	842.679	1250.193	
		780.231	878.631	1452.775	438.030	664.498	
		638.590	842.679	438.030	943.679	567.949	
		609.777	1250.193	664.498	567.949	1213.386	
全體總和	307	1514.997	804.776	778.863	640.38	597.646	
		804.776	3279.542	888.591	829.211	1298.581	
		778.863	888.591	1454.273	435.955	667.136	
		640.38	829.211	435.955	946.555	564.406	
		597.646	1298.581	667.136	564.406	1228.426	

\* $p < .05$

**表4-17 婚姻狀況在量表之單變項變異數分析摘要表**

變異來源	層面名稱	SS	df	MS	F	Sig.
婚姻狀況 (組間)	健康	10.344	2	5.172	1.048	.352
	人際關係	157.776	2	78.888	7.707	.001*
	發現自我	1.498	2	.749	.157	.855
	樂趣與滿足	2.876	2	1.438	.465	.629
	冒險	15.040	2	7.520	1.890	.153
誤差 (Error)	健康	1504.653	305	4.933		
	人際關係	3121.766	305	10.235		
	發現自我	1452.775	305	4.763		
	樂趣與滿足	943.679	305	3.094		
	冒險	1213.386	305	3.978		

\* $p < .05$

**表4-18 婚姻狀況在量表之LSD事後多重比較考驗分析摘要表**

依變項	教育程度	教育程度	平均數差 異 (I-J)	Std. Error	顯著性 (Sig.)	95%信賴區間	
	(I)	(J)				下限	上限
人際關係	已婚	未婚	1.5071	.3874	.000*	.7449	2.2693

\* $p < .05$

### 第三節 不同人口統計變項與參與時間之 Kendall等級相關分析

根據表4-19顯示，男女受試樣本，在其他人口統計變項之等級相關性（ ）情形發現。不同性別在每月個人收入有相關，男生的收入較高。

不同實際年齡者在每月個人收入、職業、教育程度、婚姻狀況、參與時間有相關。結果顯示，年齡大的每月個人收入較多，年齡與職業有負相關，年齡與教育程度有負相關，年齡與婚姻有負相關，年齡與參與時間有正相關，年齡越大參與時間越久。

每月個人不同收入與性別、實際年齡、職業、教育程度、婚姻狀況、參與時間有相關。收入方面女生較少，收入越少年紀越小，每月個人收入與職業有負相關，每月個人收入與教育程度有正相關，每月個人收入與婚姻狀況有負相關。每月收入越多者參與時間越多。

根據研究樣本分析得知，不同職業跟實際年齡、每月個人收入、教育程度、參與時間有相關。職業跟實際年齡、每月個人收入、教育程度、參與時間有負相關。

教育程度與實際年齡、每月個人收入、職業、婚姻狀況有相關。教育程度越高者年齡越小，教育程度越高者教

育程度越高收入越高，教育程度與職業有負相關，教育程度高較易成為單親。

不同婚姻狀況與實際年齡、每月個人收入、職業、婚姻狀況有相關。已婚者年紀較大，已婚者每月個人收入較多，已婚者教育程度較低，已婚者參與時間較久。

參與時間與實際年齡、每月個人收入、職業、婚姻狀況有相關。參與時間越久年紀越大，參與時間越久越有錢，參與時間跟職業有負相關，參與時間越久者為已婚。

**表4-19 人口統計變項與參與時間之Kendall等級相關分析摘要表**

			性別	實際 年齡	每月個 人收入	職業	教育 程度	婚姻 狀況	參與 時間
Kendall's tau_b 統計量數	性別	相關係數	1.000	-.025	-.231**	.089	-.076	-.019	-.082
		顯著性	.	.629	.000	.075	.168	.741	.140
		個數	308	308	308	308	308	308	308
	實際 年齡	相關係數	-.025	1.000	.392**	-.186**	-.111*	-.571**	.210**
		顯著性	.629	.	.000	.000	.030	.000	.000
		個數	308	308	308	308	308	308	308
	每月 個人 收入	相關係數	-.231**	.392**	1.000	-.488**	.112*	-.286**	.174**
		顯著性	.000	.000	.	.000	.030	.000	.001
		個數	308	308	308	308	308	308	308
	職業	相關係數	.089	-.186**	-.488**	1.000	-.189**	.074	-.131**
		顯著性	.075	.000	.000	.	.000	.133	.007
		個數	308	308	308	308	308	308	308
	教育 程度	相關係數	-.076	-.111	.112*	-.189**	1.000	.219**	.022
		顯著性	.168	.030	.030	.000	.	.000	.682
		個數	308	308	308	308	308	308	308
	婚姻 狀況	相關係數	-.019	-.571**	-.286**	.074	.219**	1.000	-.170**
		顯著性	.741	.000	.000	.133	.000	.	.002
		個數	308	308	308	308	308	308	308
	參與 時間	相關係數	-.082	.210**	.174**	-.131**	.022	-.170**	1.000
		顯著性	.140	.000	.001	.007	.682	.002	.
		個數	308	308	308	308	308	308	308

\* $p < .05$  ; \*\* $p < .01$

#### 第四節 不同參與時間之俱樂部會員在休閒運動價值觀量表上的差異性顯著考驗

本節研究依照第三章的因素分析，而得到的休閒運動價值觀量表，共有五個構面，將參與時間與休閒運動價值觀量表，進行分析考驗。就不同參與時間在休閒運動價值觀量表反應的差異情形經單因子多變量變異數分析後發現（如表4-20、表4-21所示），在休閒運動價值觀量表變項上有顯著差異（*Wilk's A* = .896\*），故虛無假設3-1應加以拒絕。而且不同參與時間的受試樣本，在健康、人際關係與樂趣與滿足層面上，其*F*值顯著（各為*F* = 4.080、*F* = 3.557與*F* = 5.0048；*p* < .05）。經LSD事後多重考驗得知（如表4-22），在健康層面上：三年以上的參與者要比一年以下、一年到二年及二年到三年的參與者，有著更認同的休閒運動價值觀傾向。在人際關係層面上：三年以上的參與者比一年以下及一年到二年的參與者，有著更認同的休閒運動價值觀傾向。在樂趣與滿足層面上：一年到二年的參與者比一年以下及二年到三年的參與者，有著更認同的休閒運動價值觀傾向；三年以上的參與者比一年以下的參與者，有著更認同的休閒運動價值觀傾向。綜合所有休閒運動價值觀之各構面：三年以上的參與者比一年以下、一年至二年、二年至三年的參與者有更認同休閒運動價值觀。

**表 4-20 參與時間在量表之多變量變異數分析摘要表**

變異來源	df	SSCP					Wilk's Λ
		健康	人際 關係	發現 自我	樂趣與 滿足	冒險	
健康		58.633	72.969	25.845	41.482	20.021	
人際關係		72.969	111.218	34.644	60.622	34.104	
組間 發現自我	3	25.845	34.644	19.145	28.677	7.941	.896*
樂趣與滿足		41.482	60.622	28.677	44.919	15.719	
冒險		20.021	34.104	7.941	15.719	11.510	
健康		1456.364	731.807	753.018	598.898	577.625	
人際關係		731.807	3168.324	853.947	768.589	1264.477	
組內 發現自我	304	753.018	853.947	1435.128	407.277	659.195	
樂趣與滿足		598.898	768.589	407.277	901.636	548.687	
冒險		577.625	1264.477	659.195	548.687	1216.915	
健康		1514.997	804.776	778.863	640.38	597.646	
全體 人際關係		804.776	3279.542	888.591	829.211	1298.581	
總和 發現自我	307	778.863	888.591	1454.273	435.954	667.136	
樂趣與滿足		640.38	829.211	435.954	946.555	564.406	
冒險		597.646	1298.581	667.136	564.406	1228.425	

\* $p < .05$

**表 4-21 參與時間量表之單變項變異數分析摘要表**

變異來源	層面名稱	SS	df	MS	F	Sig.
年齡 (組間)	健康	58.633	3	19.544	4.080	.007*
	人際關係	111.218	3	37.073	3.557	.015*
	發現自我	19.145	3	6.382	1.352	.258
	樂趣與滿足	44.919	3	14.973	5.048	.002*
	冒險	11.510	3	3.837	.958	.413
誤差 (Error)	健康	1456.364	304	4.791		
	人際關係	3168.324	304	10.422		
	發現自我	1435.128	304	4.721		
	樂趣與滿足	901.636	304	2.966		
	冒險	1216.915	304	4.003		

\* $p < .05$

**表4-22 年齡在量表之LSD事後多重比較考驗分析摘要表**

依變項	參與時間(I)	參與時間(J)	平均數差異 (I-J)	Std. Error	顯著性 (Sig.)	95% 信賴區間	
						下限	上限
健康	三年以上	一年以下	1.7634	.5869	.003*	.6084	2.9183
		一年到二年	1.6247	.6073	.008*	.4298	2.8197
		二年到三年	3.4000	1.1303	.003*	1.1759	5.6241
人際關係	三年以上	一年以下	2.6649	.8657	.002*	.9615	4.3684
		一年到二年	2.1031	.8957	.020*	.3406	3.8656
		一年到二年	.5704	.2147	.008*	.1478	.9929
興趣與滿足	三年以上	二年到三年	1.8206	.7898	.022*	.2665	3.3748
		一年以下	1.1497	.4618	.013*	.2410	2.0585
		二年到三年	2.4000	.8893	.007*	.6500	4.1500
休閒運動價值觀	三年以上	一年以下	7.0475	2.3072	.002*	2.5074	11.5875
		一年到二年	5.2694	2.3872	.028*	.5719	9.9669
		二年到三年	11.3333	4.4432	.011*	2.5901	20.0766

\*p < .05

## 第五章 研究討論

本研究透過對俱樂部會員的問卷調查，得知人口統計變項之統計結果與休閒運動價值觀以及參與時間之相關性比較，並與其他研究進行討論與分析。

### 第一節 人口統計特性

#### 一、性別

本研究發現在 308 份有效問卷中，俱樂部會員女性有 190 人，佔有 61.7% 多於男性 118 人，佔有 38.3%。此與國內其他俱樂部的研究結果相比較發現，在黃士鑑（民 80）、陳秀華（民 82）、張良漢（民 86）、范智明（民 88）及李孟哲（民 90）是以男性會員居多，此與本研究相反。然在陳景森（民 85）、沈淑貞（民 88）、宋曉婷（民 90）、陳麒文（民 91）及謝孟娟（民 91）這些研究中顯示女性會員高於男性。女性參與俱樂部的人數可能隨著俱樂部型態的不同，在男女會員人數上會有不同。但整體而言，隨著時代的演變，以及女性運動意識的抬頭，女性參與俱樂部的人數有逐漸增加的趨勢。

#### 二、實際年齡

本研究俱樂部會員的實際年齡主要分佈在 15 歲至 64 歲之間。其中 25-34 歲共有 142 人佔有 46.1% 最多，其次為 15-24 歲共有 79 人佔有 25.6%，接著 34-44 歲共有 51 人佔有 16.6%，45-54 歲共有 27 人佔有 8.8%，55-64 歲共有 9 人佔有 2.9% 最少。此與其他研究比較，黃士鑑（民 80）研究中年齡以 31-45 歲有 68.4% 居多。陳秀華（民 82）研究中年齡多為 21-30

歲。陳景森（民 85）研究中年齡以 21-40 歲有 77.1% 為主。張良漢（民 86）研究中年齡偏重在 31 至 40 歲有 35.1%。沈淑貞（民 88）研究中年齡以 21-40 歲有 65.8% 居多。范智明（民 88）之研究中年齡以 21-40 歲有 82.1% 佔大多數。宋曉婷（民 90）之研究中年齡多集中於 21-40 歲有 65.48%。李孟哲（民 90）之實證研究中年齡多為 31-40 歲有 56.4% 的青壯年時期。陳麒文（民 91）之研究中年齡方面未流失的會員以 35-40 歲有 21.7% 與 30-35 歲有 19.1% 為主，而 25-45 歲有 69.03%。謝孟娟（民 91）之研究中年齡多集中在 21-30 歲（40.5%）。在年齡的分佈上，俱樂部的會員多為中壯年時期。從本研究中也顯示，除了中壯年時期為主外，青少年學生族群似乎有越來越多的趨勢。

### 三、每月個人收入

本研究的每月個人收入以 20,000-40,000 元最多有 144 人佔 46.8%，第二多為 20,000 元以下有 73 人佔有 23.7%，第三多為 40,000-60,000 元有 65 人佔有 21.1%，60,000 元以上最少有 26 人佔有 8.4%。此與黃士鑑（民 80）之研究中綜合所得以 30,000 元至 160,000 元為主佔 90.0%。陳秀華（民 82）之研究中個人每月平均收入以 30,000 元以下居多。陳景森（民 85）之研究中每月收入以 35,001-50,000 元有 24.3% 最多，其次為 50,001-65,000 元有 19.6%。張良漢（民 86）研究中每人每月平均所得以二萬未滿四萬佔 32.1% 居多。范智明（民 88）之研究中每月收入在 50,000 元以下有 65.2% 居多。宋曉婷（民 90）之研究每月平均收入 20,001-40,000 元有 47.17%。李孟哲（民 90）之實證研究中收入方面，個人每月收入為 5-7 萬者最多。與上述的研究結果相較之下，

不同類型的俱樂部之會員，收入方面會有所差異，隨著經濟、社會的影響，參與俱樂部之會員有趨於大眾化與平民化，以前被譽為地位象徵的俱樂部，已不再是上流社會的專屬品。

#### 四、職業

抽樣的對象以專業人員最多有 73 人佔 23.7%，第二多為事務工作人員有 49 人佔 15.9%，第三多為服務工作人員及售貨員與學生各有 48 人各佔 15.6%，第四多為家管有 22 人佔 7.1%，第五多為民意代表、行政主管、企業主管及經理人有 20 人佔 6.5%，第六多為技術員及助理專業人員有 18 人佔 5.8%。此與黃士鑑（民 80）之研究中以專業經理人為主，行業以製造業和服務業佔大多數，在公司的職位以最高階層、高階層及中階層主管居多，大多擔任行銷或一般的主管。陳秀華（民 82）之研究中職業身份以公司的職員居多。陳景森（民 85）、張良漢（民 86）、沈淑貞（民 88）、范智明（民 88）及謝孟娟（民 91）職業以商業居多。宋曉婷（民 90）之研究職業以服務業為最多。由於本研究將職業作較細部的分析，乍看之下以為與其他研究沒有相關，但可從中發現，俱樂部以商業界為主，其中又以專業人員、事務工作者、服務業或售貨員為主，可發現參與俱樂部活動之會員，以平常工作壓力較大者為多，本研究更從中發現，學生參與俱樂部的人數，有增多的趨勢，退休與家管也越缺成熟，業者可以針對離峰時段，對學生族群或退休與家管會員舉辦優惠專案，以吸收更多的學生團體、退休人員與家管。

#### 五、教育程度

本研究抽測樣本的教育程度以大學（專）最多有 200 位佔有 64.9%，其次高中（職）有 80 位佔有 26.0%，第三為

研究所(碩、博士)有 21 人佔有 6.8%，第四為中學(國中、初中)有 7 人佔有 2.3%。此與黃士鑑(民 80)、陳景森(民 85)、張良漢(民 86)、沈淑貞(民 88)、范智明(民 88)、宋曉婷(民 90)、李孟哲(民 90)及謝孟娟(民 91)研究中的結果與本研究結果相似，以高中以上居多，其中大專以佔絕大部分。隨著國人的教育水準提高，對於此新興的俱樂部產業，有越來越能接受與認同的趨勢。唯一遺憾的是，此一時代的中流砥柱，有大半靠技職在社會闖蕩者，雖其受教育的程度不高，然未能讓其認知與認同俱樂部。業者可以增加俱樂部的活動內容或宣傳，讓更多教育程度較不足者，擁有一技之長者，也能成為俱樂部的一員。

#### 六、婚姻狀況

本研究結果抽樣的對象中未婚的佔最多有 202 人佔有 65.6%，已婚有 103 人佔有 33.4%，單親的有 3 人佔有 1%。此與其他研究者相較之下如，已婚多於未婚者有：黃士鑑(民 80)、張良漢(民 86)、沈淑貞(民 88)及李孟哲(民 90)研究中會員以已婚者居多。陳景森(民 85)、宋曉婷(民 90)及謝孟娟(民 91)之研究中未婚者所佔人數較多。依本研究之結果顯示對於不同的俱樂部類別，其參與者已婚或未婚會有所差異。從近一兩年的俱樂部會員觀之，會員以未婚居多，反應現在人趨於晚婚之勢。俱樂部在經營上，除了專業的課程與教練群外，更可從友誼的建立與人際關係上開發。

#### 七、參與時間

研究結果顯示，從有效樣本 308 份中參與俱樂部時間多為一年以下有 191 位佔有 62%，其次為一年到二年有 97 位佔有 31.5%，第三多為三年以上有 15 位佔有 4.9%，二到三

年有 5 人佔有 1.6%。本研究與沈淑貞（民 88）之研究參與的年資多集中在三年以內有 81.4%，且已參加 1 年或 1 年以內人數最多佔 34.9%。范智明（民 88）之研究在加入俱樂部的時間上以 6 個月（含）以下居多有 45.3%，其次為 6-12 個月（含）有 23.9%。陳麒文（民 91）之研究參與時間以參與 1 年以上 2 年以下有 32.38% 最多，其次為一年以下有 31.25%。上述之研究與本研究之結果相似，並從中可發現，台灣俱樂部發展的時間還有成長的空間，本俱樂部為近兩年來新建之俱樂部，經由前人的經營過程可發現，顧客的維持對一個俱樂部是否能持續經營，有其舉足輕重之處。根據而 Kotler（1991）認為吸引一位新顧客的成本約為保留現有顧客的五倍。維持現有顧客為現階段俱樂部經營需注意的地方。

## 第二節 俱樂部會員之休閒運動價值觀特徵

本研究發現俱樂部會員之休閒運動價值觀的前十項因素依序為：提升健康適能、帶來健康的身體、減少疾病的產生、調養身體、幫助慢性疾病的預防（心血管、高血壓、糖尿病等）、獲得快樂、享受生活的滿足感、提高對生活的滿意度、克服個人的惰性、挑戰個人極限。而依照休閒運動價值觀因素之五個構面因素的排序則為健康、樂趣與滿足、發現自我、冒險、人際關係。世界健身俱樂部的會員最主要的休閒運動價值為健康的獲得。本研究將所得到的休閒運動價值觀因素與其他俱樂部的相關研究結果進行如下討論。

### 一、性別部分

本研究性別在休閒運動價值觀量表上並無顯著差異。此

與沈淑貞（民 88）之研究中會員的參與動機不受性別因素的影響。張良漢（民 86）之調查研究中在假設驗證方面，不同性別在生活型態上沒有顯著差異。藍鎮輝等（民 89）之研究中顯示，不同性別在運動價值觀念上並無顯著差異。與本研究結果相似。但在李元墩等（民 83）之研究中在性別方面的價值觀有很大的顯著差異。劉榮聰、張霖家（民 90）之研究中顯示，不同性別之參與者在運動價值觀各因素之差異性考驗，達到顯著性差異。與本研究的結果有所差異。從上述的研究中得知，不同項目的運動對於價值觀會有不同的差異情形。本研究並顯示女性在人際關係、發現自我、樂趣與滿足、冒險四大休閒運動價值觀因素層面上，均要比男性有更高的知覺反應。男性只在健康方面知覺反應比女性高。從中可發現，女性較注重情感的滿足與對事物的突破等因素；男性較注重實際上的健康，但性別對於休閒運動價值觀量表並無顯著差，只是得分平均數上的差異。

## 二、實際年齡部分

本研究發現，不同實際年齡的會員在休閒運動價值觀量表反應上有顯著差異。在健康層面上：15-24歲的參與者比45-54歲的參與者，有著更認同的休閒運動價值觀傾向；25-34歲的參與者比35-44歲及45-54歲的參與者，有著更認同的休閒運動價值觀傾向。在人際關係層面上：35-44歲的參與者比15-24歲的參與者，有著更認同的休閒運動價值觀傾向。在發現自我層面上：25-34歲的參與者比15-24歲及45-54歲的參與者，有著更認同的休閒運動價值觀傾向。因此，從研究結果中得知在健康議題重視的年齡層似乎有趨於年輕化，現在人坐式的生活，加上教育水準的提高，以

及政府當局一在的重視健康休閒，學生族群為最能表現是否政府的推動有所成效。在人際關係上，35-44歲的人為事業打拼的黃金時期，人際關係對他們而言是相對的重要，因此在這個年齡層有較認同的傾向。在發現自我方面，25-34歲為邁入人生的正式階段，也開始知道自己要做什麼，因此這這個階段更能清楚的知道自己將要往哪個方面去發展。從瞿海源、文崇一（民78）、汪履維（民70）及劉榮聰、張霖家（民90）之研究中發現，年齡確實會影響價值觀此與本研究相呼應。然在藍鎮輝等（民89）、楊泰和、黃瑞靜（民90）之研究中年齡與價值觀並無顯著差異。本研究之休閒運動價值觀著重在個人自我認知程度上，研究中顯示隨著年齡的不同，俱樂部會員會有不同的價值認知。

### 三、每月個人收入部分

本研究結果顯示，每月個人收入在休閒運動價值觀量表上並無顯著差異。此與劉榮聰、張霖家（民90）之研究中顯示不同收入在運動價值觀各因素之差異性考驗，未達顯著差異，與本研究有相同的結果。但在李元墩（民83）之研究也顯示家庭收入對大專生有很大的影響，此結果與本研究有其不同之處。本文為針對俱樂部會員在休閒運動價值觀之差異性做比較，其結果並無顯著差異，此與一般針對為不同社經背景下的價值觀相異，故在一般就針對價值觀而言，每月個人或家庭的收入可能會有顯著差異。

### 四、職業部分

本研究結果顯示，不同職業類別在休閒運動價值觀量表反應差異性情形沒有顯著差異。此與劉榮聰、張霖家（民90）之研究中顯示不同職業在運動價值觀各因素之差異性

考驗，未達顯著差異的研究結果相同。但在邱毅（民82）之研究中發現，不同家庭背景（職業）其價值觀亦有不同現象。本研究以個案研究的方式為探討，樣本均為此俱樂部會員，在職業類別均屬相似族群，因此對於不同的職業別是否對休閒運動價值觀有顯著差異，實待進一步的研究。

#### 五、教育程度部分

本研究不同教育程度在休閒運動價值觀量表變項上之健康與冒險有顯著差異。此與吳明清（民72）及瞿海源、文崇一（民78）研究中發現教育程度對個人有很大的影響，與本研究有相關性。然而藍鎮輝等（民89）、劉榮聰、張霖家（民90）、陳秀華（民82）及沈淑貞（民88）之研究中顯示不同教育程度並未達顯著差異。由此推論不同的運動項目其教育程度在休閒運動價值觀上會有不同的情形。因此，本研究結果顯示俱樂部會員的教育程度會影響其休閒價值觀上的認知。經事後比較，在健康層面上：大學（專）的參與者要比高中（職）的參與者有更認同的休閒運動價值觀傾向；研究所（碩、博士）參與者要比高中（職）的參與者有更認同的休閒運動價值觀傾向。在冒險層面上：高中（職）的參與者要比大學（專）的參與者有更認同的休閒運動價值觀傾向。此與戴遐齡（民87）之研究中發現，教育程度在高中以下之運動參與者的休閒動機偏向於體能發揮樂觀活躍，大學及研究所的休閒動機偏向自由放任。此結果與本研究相關。有此可觀之，本研究之受較高教育程度則其對健康的認識與接納度較高，而教育水準較低者則較有冒險的精神。

#### 六、婚姻狀況部分

研究結果顯示，不同婚姻狀況之參與者在休閒運動價值觀量表變項上人際關係有顯著差異。此與劉榮聰、張霖家（民90）之研究中顯示婚姻狀況之會員其運動價值觀之各因素差異性考驗達顯著性差異。張良漢（民86）之調查研究婚姻方面，已婚且小孩在六歲以下傾向於健康與適能構面。此與本研究中發現已婚的參與者要比未婚的參與者有更認同的休閒運動價值觀傾向有相呼應之處。

#### 七、參與時間部分

本研究結果顯示，不同參與時間在休閒運動價值觀量表的差異性比較中，在健康、人際關係、樂趣與滿足層面上有顯著性差異。經事後比較發現，在健康層面上：三年以上的參與者要比一年以下、一年到二年及二年到三年的參與者，有著更認同的休閒運動價值觀傾向。在人際關係層面上：三年以上的參與者比一年以下及一年到二年的參與者，有著更認同的休閒運動價值觀傾向。在樂趣與滿足層面上：一年到二年的參與者比一年以下及二年到三年的參與者，有著更認同的休閒運動價值觀傾向；三年以上的參與者比一年以下的參與者，有著更認同的休閒運動價值觀傾向。再根據范智明（民88）之研究中在加入俱樂部的時間上不同的會員在社會需求因素上有顯著的差異，且以社會需求為主要休閒動機的會員，其繼續成為俱樂部會員並持續參與活動的比例，明顯高於非以為社會需求為主要休閒動機的會員，此與本研究相關。但在劉榮聰、張霖家（民90）之研究中，不同球齡的會員在運動價值觀各因素之差異性考驗，未達顯著性差異。因此不同的運動項目在不同參與時間之會員對於休閒運動價值觀會有不同的影

響。研究中更發現，參與俱樂部時間越久，其休閒運動價值觀之認知越同意。在樂趣與滿足方面已參與一年至二年的會員要比一年以下以及二至三年的會員能更認同。從此研究結果顯示業者，一至二年的會員，繼續留在俱樂部中是因為樂趣與滿足，業者可針對這點做開創新課程或活動，以吸引會員的繼續維持。

### 第三節 俱樂部會員人口統計變項等級相關特徵部分

#### 一、性別方面

根據研究結果顯示，男生的每月個人收入較高，女生每月個人收入較低。因此俱樂部可以在男生方面推出個別方案，價位上可以有較多的空間。

#### 二、實際年齡方面

根據研究顯示，實際年齡大者收入多，實際年齡小者收入少，實際年齡越大多為已婚，實際年齡越大參與時間越久。由此觀之，年紀越大對於繼續參與俱樂部越能認同，想要留住年輕族群，業者需要了解其真正需求與價值。

#### 三、每月個人收入方面

根據研究結果顯示，每月個人收入以男生收入較多。年紀越大者收入越多，收入越高教育程度也越高，收入高者多為已婚且收入高者參與時間較久。因此，收入越高者，參與俱樂部的時間通常越久也越穩定。俱樂部在經營上可針對年紀大者、事業有成且參與俱樂部時間越久者。此一族群對俱樂部而言，在經營上的開銷是最少的，業者經營可在此一族群好好發揮。

#### 四、職業分面

研究結果顯示，職業與實際年齡、每月個人收入、教育程度、參與時間均有負相關。因此不同職業類別會有不同的相關，需要進一步分析職業與哪些因素會有影響，以發現確切的因素。

#### 五、教育程度方面

研究結果顯示教育程度越高者其年紀較小，教育程度越高者收入越多，教育程度與職業有負相關，教育程度較高者較易變成單親，因此從教育程度可看出現今人們所受的教育越來越高。受教育程度越高對於自我意識越高，加上收入也越多。針對此類族群，俱樂部需要在專業知識上培養相當的程度，方能讓此族群信任且認同俱樂部裡之相關活動。

#### 六、婚姻狀況方面

研究結果指出，已婚者年紀較大，已婚者每月個人收入較多，已婚者教育程度較低，已婚者參與時間較久。因此已婚者對於繼續參與俱樂部的意願會較高。俱樂部業者可針對已婚者，提供夫妻或親子共同互動方面的活動，以增進已婚者更能認同繼續留在俱樂部的吸引力。

#### 七、參與時間方面

研究結果顯示，參與時間越久其年紀也越大，參與時間越久者收入越好，參與時間跟職業有負相關，參與時間越久者通常已婚。由此觀之，俱樂部裡參與時間越久者通常為年紀較大，從數據中可看出，年紀大其經濟狀況也較好，業者若要推行新的方案或較高價位之方案，可先從此一族群著手。

## 第六章 結論與建議

本章節主要是將本研究內容做一整體性概述，並根據研究結果與研究討論，提出結論與建議。

本研究主要為有關休閒運動價值觀之研究，以現有的價值觀理論，以及休閒運動之動機、需求、認知、樂趣、利益與功能等之相關研究理論。再加上受試者與專家學者之開放式問卷，經資料蒐集與分析後，再經因素分析、建構信度與效度之後，因素命名，完成正式量表。共有五個構面，分別為健康、人際關係、發現自我、樂趣與滿足、冒險。而不同人口統計變項分別為性別、實際年齡、每月個人收入、職業、教育程度、婚姻狀況六個自變項，並與參與時間來建構本研究之基本架構。

本研究之主要目的為以此自陳量表探討台中市世界健身俱樂部會員在人口統計變項、參與時間與休閒運動價值觀上的現況，並比較其差異情形，以分析台中市世界健身俱樂部之消費者的特徵。根據研究結果，提供具體建議，以提供俱樂部規劃休閒運動，並倡導正確休閒運動價值觀，進而提升休閒運動及提高生活品質。並依據此研究目的，深入瞭解包括有第一俱樂部會員休閒運動價值觀所包含之因素，第二瞭解俱樂部會員不同人口統計變項與參與時間之特徵，第三比較不同人口統計變項之俱樂部會員在休閒運動價值觀量表之顯著性差異性，第四比較不同人口統計變項之俱樂部會員在參與時間上之顯著性差異，第五比較不同參與時間之俱樂部會員在休閒運動價值觀量表上之顯著差異。

本研究依據價值的理論分析與休閒運動之效益與功能以

及俱樂部相關研究等多方相關文獻探討，並以開放式問卷蒐集受試者與聘請諸位專家學者所認為之休閒運動價值觀。將此資料整合成而休閒運動價值觀量表題項之初探，經題項篩選、預試、因素分析、因素命名等步驟而成自編之正式休閒運動價值觀量表。本量表包括有人口統計變項與休閒運動價值觀量表兩大部份。本問卷之受試對象以台中市世界健身俱樂部之會員為調查對象，採便利取樣的方式，於俱樂部內現場進行問卷發放與回收。本研究共發放 320 份問卷，有效回收樣本為 308 份有效率為 96.25%。

根據實際調查所得的資料，在描述性統計部分分別為次數分配及百分比、平均數及標準差以及因素分析進行分析考驗。在假設性之統計分析部分分別以  $t$  考驗、單因子變異數分析、單因子多變量變異數分析以及 LSD 多重事後比較進行分析考驗。

## 第一節 結論

本研究依據結果共整理出有效樣本之人口統計分析、休閒運動價值觀量表各層面之分析、參與時間之分析、人口統計變項在休閒運動價值觀量表上的差異分析、人口統計變項在參與時間上的差異分析以及參與時間在休閒運動價值觀量表上的差異分析六大結果。

### 一、有效樣本之人口統計分析

目前台中市健身俱樂部會員以女性佔大多數，會員年齡多集中於 25-34 歲，每月個人收入以 20,000-40,000 元最多，職業類別以專業人員、事務工作人員、服務工作人員及售貨

員、學生為大多數，教育程度多為大學（專）最多，婚姻狀況多為未婚。

## 二、休閒運動價值觀量表各層面之分析

俱樂部會員休閒運動價值觀之主要因素為健康其次為樂趣與滿足的認知。

## 三、參與時間之分析

目前俱樂部會員參與時間多為一年以下，其次為一年到二年。

## 四、人口統計變項在休閒運動價值觀量表上的差異分析

本研究發現台中市世界健身俱樂部會員在休閒運動價值觀會因不同實際年齡、不同教育程度、不同婚姻狀況而有差異。

### （一）不同實際年齡

在健康層面上 15-24 歲的參與者比 45-54 歲的參與者，有著更認同的休閒運動價值觀傾向；25-34 歲的參與者比 35-44 歲及 45-54 歲的參與者，有著更認同的休閒運動價值觀傾向。在人際關係層面上 35-44 歲的參與者比 15-24 歲的參與者，有著更認同的休閒運動價值觀傾向。在發現自我層面上 25-34 歲的參與者比 15-24 歲及 45-54 歲的參與者，有著更認同的休閒運動價值觀傾向。

### （二）不同教育程度

在健康層面上大學（專）的參與者要比高中（職）的參與者有更認同的休閒運動價值觀傾向；研究所（碩、博士）參與者要比高中（職）的參與者有更認同的休閒運動價值觀傾向。在冒險層面上高中（職）的參與者要比大學（專）的參與者有更認同的休閒運動價值觀傾向。

### （三）不同婚姻狀況

在人際關係上已婚的參與者要比未婚的參與者有更認同的休閒運動價值觀。

### 五、人口統計變項與不同參與時間上的等級相關分析

本研究發現台中市世界健身俱樂部會員在不同性別、不同實際年齡、不同每月個人收入收入、不同職業、不同教育程度、不同婚姻狀與不同參與時間會有相關。

#### （一）不同性別

不同性別在每月個人收入有相關，男生的收入較高。

#### （二）不同實際年齡

年齡大的每月個人收入較多，年齡與職業有負相關，年齡與教育程度有負相關，年齡與婚姻有負相關，年齡與參與時間有正相關，年齡越大參與時間越久。

#### （三）不同每月個人收入

收入方面女生較少，收入越少年紀越小，每月個人收入與職業有負相關，每月個人收入與教育程度有正相關，每月個人收入與婚姻狀況有負相關。每月收入越多者參與時間越多。

#### （四）不同職業

職業跟實際年齡、每月個人收入、教育程度、參與時間有負相關。

#### （五）不同教育程度

教育程度越高者年齡越小，教育程度越高者教育程度越高收入越高，教育程度與職業有負相關，教育程度高較易成為單親。

#### （六）不同婚姻狀

已婚者年紀較大，已婚者每月個人收入較多，已婚者教育程度較低，已婚者參與時間較久。

#### (七) 不同參與時間

參與時間越久年紀越大，參與時間越久越有錢，參與時間跟職業有負相關，參與時間越久者多為已婚。

#### 六、參與時間在休閒運動價值觀量表上的差異分析

本研究發現台中市世界健身俱樂部會員休閒運動價值觀會因為不同參與時間而有顯著差異。在健康層面上三年以上的參與者要比一年以下、一年到二年及二年到三年的參與者，有著更認同的休閒運動價值觀傾向。在人際關係層面上三年以上的參與者比一年以下及一年到二年的參與者，有著更認同的休閒運動價值觀傾向。在樂趣與滿足層面上一年到二年的參與者比一年以下及二年到三年的參與者，有著更認同的休閒運動價值觀傾向；三年以上的參與者比一年以下的參與者，有著更認同的休閒運動價值觀傾向。

## 第二節 建議

本研究針對台中市世界健身俱樂部之會員做個案研究，有關休閒運動價值觀進行分析，期望從研究過程及分析過程，得知目前發展的現況以及影響數據的結果，以能提供產學界及政府相關單位的深入研究與參考依據。

### 一、對本俱樂部業者的建議

#### (一) 性別方面

依據本研究的結果顯示，本俱樂部的基本人口統計變項中發現，目前女性運動意識逐漸抬頭，針對女性會員做專案

或進一步的設計，讓女性會員有誘因繼續留下來。

#### （二）年齡方面

以 25-34 歲居多，但數據中顯示，青少年族群與其他相關研究比較下，有越來越多的趨勢。因此可針對青少年族群做專案或推行方案。收入方面可看出，目前的俱樂部經營朝一般化、平民化、大眾化的形式，目前經濟不景氣，相關業界競爭激烈，俱樂部應有自己的特色，以留住與維持會員。

#### （三）職業方面

學生與退休或家管的參與人數有慢慢增加的趨勢，俱樂部時常於尖峰時段人潮洶湧，離峰時段門可羅雀，業者可針對此一族群，做進一步的設計，以避開尖峰時段，增加會員參與俱樂部的滿意度。

#### （四）教育程度方面

仍然是以大學（專）者居多，研究中也顯示教育程度較低者，參與俱樂部的人數寥寥無幾，業者可針對這族群教育程度的人員，以平民化、鄉土化的方式，打破俱樂部給人身份地位代表的封號。

#### （五）婚姻狀況方面

此俱樂部以未婚居多，可針對這樣的族群會員，舉辦不定期的聯誼活動，對於有小孩者，強調讓小朋友可以跟父母親一同運動，增進親子間的互動與情感。

#### （六）參與俱樂部時間方面

多為一年以下或一年至二年，由於本俱樂部經營不過兩年，在維持現有會員上需要多下功夫。

#### （七）休閒運動價值觀方面

研究中亦顯示不同的年齡層對於休閒運動價值觀各層面

的認知會有所不同，業者可針對不同年齡層舉辦不同的方案，以提供民眾的參與度。不同教育程度的會員，在休閒運動價值觀上會有不同的認知程度，因此業者可做進一步的休閒教育，讓更多人認識休閒運動的真正價值所在。婚姻狀況中已婚者對於人際關係上較為重視，業者亦可針對這些族群在人際關係上下工夫。參與時間方面以參與俱樂部一年至二年的會員，在樂趣與滿足的層面上較認同其價值觀，因此業者可多推行樂趣化的活動，以滿足會員的滿意度。

## 二、對其他俱樂部業者的建議

根據其他相關研究的結果，會員的維持要比開發一個新會員的開銷來的少，因此，其他俱樂部業者亦可利用本研究，進行其他相關的研究。進而發現俱樂部的現況以及會員所認知之價值觀為何，提供業者在推行方案或策略上的參考。

## 三、對政府相關單位的建議

隨著俱樂部的興盛，政府當局除了瞭解會員的真正價值觀以外，更應從中分析目前的教育問題，是否這樣的教育方式，讓會員在休閒運動價值上的認知夠明確，也從中得之俱樂部之指導員是否真的具備這樣專業的知識。越來越多人藉由參與俱樂部以獲得健康、樂趣與滿足或發現自我、冒險與人際關係等。政府對於俱樂部的安全管制以及指導教練的專業知識是否足夠，需要政府當局的重視。證照制度是否完備政府當局亦可從中發現，是否引進外國之體適能證照或由國內自行實施這方面的證照制度，以利俱樂部相關業界有所遵循。

## 四、對後續研究的建議

本研究只針對台中市世界健身俱樂部做個案之調查研究，對於台中市所有俱樂部或全台所有俱樂部會員休閒運動價值觀的結果，可再繼續深入調查，並評估其休閒運動價值觀是否隨著地區或俱樂部類型的不同，而有所差異。更可協助業者瞭解全台中獲全台之俱樂部會員之特徵，以利業者在俱樂部產業能有更深入的瞭解。在俱樂部會員之參與行為方面，本研究只針對會員已參與俱樂部的時間，做相關研究，往後亦可再做更深入的研究，以探討不同行為上對於休閒運動價值觀是否有顯著差異。從研究中可得知，價值觀為一衡量標準，其與休閒運動之動機、需求、樂趣、利益、功能等有異曲同工之處，往後亦可將休閒運動之這些因素納入探討，是否擁有其他這類相關因素者之俱樂部會員就會有如此的價值觀，以做進一步的比較與討論。由於價值觀可從多方面的方法去探討與研究，本研究由於時間、人力、物力、財力等因素的限制下，建議往後可採用觀察法、訪問法或文件分析法等更進一步探討這類之相關問題與研究，以利產業界與政府相關當局的參考與依據。

## 參考文獻

### 一、中文部分

- 文崇一（民 78）。中國人的價值觀（初版）。台北市：東大出版。
- 王文科（民 88）。教育研究法。臺北市：五南圖書出版公司。
- 王令瑩（民 90）。國民中學學生價值觀念及其相關因素之研究—以高高屏地區國中生為例。高雄：國立高雄師範大學教育學系碩士論文。
- 王保進（民 88）。視窗版 SPSS 與行為科學研究。臺北市：心裡出版社股份有限公司。
- 世界健身俱樂部網頁。認識 World Gym。搜尋時間，民 92 年 6 月 17 日，資料來源  
<http://www.worldgym.com.tw/wg/worldgym.htm>。
- 中華民國體學會（民 89）。休閒活動專書。台北市：中華民國體育學會。
- 何英奇（民 71）。大學生價值結構之研究。國立台灣師範大學教育心裡學系教育心裡學報，15，205-214。
- 余嬪（民 85）。學校休閒教育與青少年休閒價值觀之建構。青少年休閒生活教育研討會，台北：國立台灣師範大學公民訓育學系。
- 吳明隆（民 89）。SPSS 統計應用實務。臺北：松岡電腦圖書資料股份有限公司。

- 吳明清（民72）。我國青少年的價值觀及其相關因素。台北市：國立師範大學教育研究所博士論文。
- 宋曉婷（民90）。台北市健康俱樂部會員轉換行為之研究。台中縣：朝陽科技大學休閒事業管理研究所碩士論文。
- 李元墩、張志強、鄭瓊月、胡啟榮、傅永均（民83）。台灣地區大專學生價值觀之研究。教育部輔導工作計畫專案研究期末報告書。
- 李孟哲（民90）。會員制休閒渡假中心會員生活形態與消費行為之實證研究—以統一健康世界鄉村俱樂部為例。台北市：私立世新大學觀光學系碩士論文。
- 李鐘元（民71）。休閒活動。生活素質研究中心研討會論文集。台北市：生活素質研究中心，181-187。
- 沈易利（民87）。台灣省居民休閒運動參與和需求之研究。台中縣：霧峰出版社。
- 沈淑貞（民88）。桃竹苗地區運動健身俱樂部服務品質與會員滿意度之研究。台北市：國立台灣師範大學體育研究所碩士論文。
- 汪履維（民70）。台北市國民中學學生價值觀及其對學校疏離傾向的關係。台北市：國立師範大學教育研究所論文。
- 卓俊辰（民79）。從健康的觀點論體能性休閒活動的重要性與可行措施。休閒教育研討會專輯，中華民國

戶外遊憩學會。

林文瑛、王震武、黃富源（民88）。青少年犯罪歷程的探討—學校因素。台灣社會問題研究學術研討會，中央研究院社會問題研究推動委員會暨中央研究院社會學研究所主辦。

邱毅（民82）。臺北是大學生價值觀形成內涵之研究。臺北銀行月刊，24（4），5-21。

姜慧嵐（民89）。台灣健康體適能俱樂部產業之研究。台北市：中國文化大學運動教練研究所碩士論文。

姜慧嵐（民90）。健身房（體適能中心）設施及管理之研究。行政院體育委員會委託研究（編號：Ncpfs-Fac-089-002）。

姜慧嵐（民91a）。2001年美國健康體適能俱樂部產業分析。運動管理季刊，2（2），4-12。

姜慧嵐（民91b）。淺談台灣健康俱樂部產業概況。國民體育季刊，31（4），33-37。

范智明（民88）。台北市運動健身俱樂部會員消費者行為之研究。台北市：國立台灣師範大學體育研究所碩士論文。

高俊雄（民85）。台北市健康體適能俱樂部經營管理型態之研究。運動休閒管理論文集（一），291-313。台北：品度。

涂志賢（民88）。健康體適能俱樂部策略規劃分析之個案研究。國立體育學院論叢，10（1），143-162。

張良漢（民85）。參與健康運動俱樂部因素之探討。

- 臺灣體育，88，57-59。
- 張良漢（民 86）。名仕健康俱樂部會員生活型態及參與行為之調查研究。聯合學報，15，117-133。
- 許雅琛（民 81）。服務業職業婦女休閒活動之研究。台北市：國立政治大學企業管理研究所碩士論文。
- 郭為藩（民 61）。價值理論及其在教育學上的意義。國立台灣師範大學教育研究所集刊，14，39-64。
- 陳秀華（民 82）。健康適能俱樂部會員消費者行為之研究。桃園縣：國立體育學院體育研究所碩士論文。
- 陳定雄（民 79）。以休閒啟發運動興趣，奠定全民運動基礎。全國社會體育會議綜合結論報告。
- 陳定雄（民 83）。休閒運動相關術語之歷史研究。國立台灣體專學報，4，1-29。
- 陳秉璋、陳信木（民 79）。價值社會學。台北：桂冠。
- 陳金冰（民 80）。休閒俱樂部行銷策略之研究。台北市：國立政治大學企業管理研究所碩士論文。
- 陳景森（民 85）。運動健康俱樂部服務品質之實證研究—以中興健身俱樂部為例。台北市：國立體育學院體育學系碩士論文。
- 陳敬能（民 87）。週休二日對運動休閒教育之啟示。大專體育，40，131-135。
- 陳燕玲（民 88）。宗教信仰、價值信念與人際衝突因應行為的關係。台北市：國立政治大學心理學系碩士論文。
- 陳鴻雁、楊志顯（民 88）。國民參與休閒運動人口調

- 查研究。台北：行政院體育委員會。
- 陳麒文（民 91）。健康休閒俱樂部顧客流失分析模式之研究。台北縣：私利輔仁大學體育學系碩士論文。
- 傅鑫德（民 82）。我國大學教師、學生之價值觀念與企業倫理觀之研究。台南市：國立成功大學企業管理研究所碩士論文。
- 彭淑美（民 82）。營利性運動休閒健身設施之經營管理。國民體育季刊，22（2），89-94。
- 馮麗花（民 87）。運動性休閒活動初探。大專體育，35，103-109。
- 黃士鑑（民 80）。企業經理人休閒俱樂部消費行為之研究。台北市：國立政治大學企業管理研究所碩士論文。
- 黃以孟、賴士奇（民 90）。強化金融服務業的顧客關係管理贏取顧客的終身價值。載於 ARC 遠擎管理顧問公司（編），顧客關係管理—深度解析（1-18 頁）。台北市：遠擎管理顧問。
- 黃金柱（民 81）。體育運動策略性行銷。台北：施大書苑。
- 黃蕾譯（民 73）。價值是什麼—價值學倒論。（Risieri Frondizi 著）台北：聯經。
- 程紹同（民 86）。國內運動休閒與體適能企業之概況介紹及經營策略分析。桃縣文教，5，29-36。
- 程紹同（民 90）。休閒運動俱樂部經營管理專題討論。上課講義，未出版。

- 楊自強(民 75)。國中生價值觀之與父母教養方式關係之研究。師大教育研究所集刊，261-270。
- 楊泰和、黃瑞靜(民 90)。崑山科技大學管理學群學生價值觀之實證研究。全國技術及職業教育研討會論文集：一般技職及人文教育類，16，407-416。
- 楊國樞(民 83)。中國人的價值觀：社會科學觀點。台北市：桂冠。
- 經濟部體育司(民 89)。中華民國台灣地區八十八年服務業經營活動報告(I08904060)。臺北：經濟部商業司。
- 廖志猛(民 83)。休閒運動參與者生活形態及運動態度之研究--以大台北地區籃球、游泳參與者為例，台北市：國立台灣師範大學體育研究所碩士論文。
- 潘義祥(民 87)。論運動性休閒參與之內涵及其價值。東師體育，5，21-28。
- 劉榮聰、張霖家(民 90)。高爾夫球參與者運動價值觀差異性之研究。藝術學報，67，155-170。
- 蔡辰男(民 70)。21世紀世界彩色百科全書。(初版，第九冊)。台北市：百科文化事業股份有限公司。
- 蔡貞慧(民 81)。社會工作價值體系之研究：概念趨向分析。台北市：國立台灣大學社會學研究所碩士論文。
- 謝孟娟(民 91)。健康體適能俱樂部顧客價值之研究—以亞力山大健康休閒俱樂部分店為例。桃園縣：國立體育學院體育研究所碩士論文。

- 謝鎮偉 ( 民 91 ) 。 大學教職員工參與休閒運動狀況與阻礙因素之研究—以輔仁大學為例。台北縣：輔仁大學體育學系碩士論文。
- 鍾自強 ( 民 86 ) 。國立雲林技術學院學生體育運動價值觀探討。 國立雲林技術學院學報 , 6(2) , 197-211。
- 瞿海源、文崇一 ( 民 78 ) 。現代化過程中的價值變遷—臺北三個社區的比較研究。載於文崇一 ( 主編 ) , 中國人的價值觀 ( 59-91 頁 ) 。台北市：東大出版
- 藍鎮輝、林伶利、李玉麟 ( 民 89 ) 。大台北地區籃球運動參與者運動價值觀念之研究。 德育學報 , 16 , 97-113。
- 羅詩文 ( 民 87 ) 。運動俱樂部的籌備與管理。 大專體育 , 38 , 72-76。

## 二、英文部分

- Allport, G. W., Vernon, P. E., & Lindzey, G. (1970). Study of Values. Boston: Houghton Mifflin.
- Bryman, A., & Cramer, D. (1997). Quantitative Data Analysis with SPSS for Windows. London: Routledge.
- Devillis, R. F. (1991). Scale Development Theory and Applications. London: SAGE.
- Duska, R., & Whelan, M. (1975). Moral development: A

- guide of Piaget and Kohlberg. New York: Paulist Press.
- Edginton, C. R., Compton, D. M., & Hanson, C. J. (1980). Recreation and Leisure Programming : A guide for the Professional. Philadelphia: Saundress College.
- Fraenkel, J. R. (1977). How to teach about values: An analytic approach. Englewood Cliff, New York: Prentice-Hall, Inc.
- Kirk, R. E. (1982). Experimental design: Procedures for the Behavioral Sciences (2<sup>nd</sup> ed.). Belmont, California: Brooks-Cole.
- Kluckhohn, C., & Others. (1951). Values and value orientations in the theory of action: An Exploration in Definition and Classification. In T. Parsons & E.A. Shils. Toward a general theory of action. (p.388-433). Cambridge, N.Y.: Harvard University Press.
- Kluckhohn, F. R., & Strodtbeck, F. L. (1961). Dominant and Variant Value Orientations. Variations in Value Orientations (p.1-48). IL: Harper.
- Kraus, R. G. (1990). Recreation and Leisure in the Modern Society(4th Ed.). Harper Collins Publishers.

- Kotler, P. (1991). Marketing management: analysis, planning, implementation and control, (7<sup>th</sup> ed.,) New Jersey: Prentice-Hall, 321-322.
- McDonald, G. E. (1976). Values and valuing process. Morristown, N. J.: Silver Burdett.
- Morris, C. (1956). Varieties of human value. Chicago: University of Chicago Press.
- Mull, R. F., Bayless, K. G., Ross, C. M., & Jamieson, L. M. (1997). Recreation Sport Management. IL: Human Kinetics.
- Perry, R. B. (1954). Realms of Value: A Critique of Human Civilization. Cambridge, Mass: Harvard University Press.
- Rogers, C. R. (1969). Freedom to learn. Columbus, Ohio: Charles E. Merrill.
- Rokeach, M. (1973). The Nature of Human Values. New York: Free Press.
- Smith, M. B. (1969). Social Psychology and Human Values. Chicago: Aldine.