

# 臺北市就業者之休閒狀況分析

修 慧 蘭

陳 彰 儀

(作者為本校心理學系助教) (作者為本校心理研究所專任副教授)

## 摘 要

本研究主要目的是探討休閒活動之分類及臺北市就業參加休閒活動的狀況。受試者是臺北市四〇九位就業者，以問卷法實施，結果發現：休閒活動用因素分析法可分為十一種類別，分別是手藝性、娛樂性、休憩性、棋藝性、文藝性、知識性、社交性、一般運動性、逛街性、農藝性、及與小孩有關性之活動。

臺北市就業者較常參加的休閒活動類別是社交性、知識性、休憩性、逛街性活動及與小孩有關之活動，但不同背景之就業者參與之程度有所差異。對社交性活動及休憩性活動之參與程度，預測力最大的變項是擁有小孩的數目。對與小孩有關活動之參與程度，預測力最大的變項是有無小孩。對逛街性活動之參與程度，預測力最大的變項是性別及小孩數目。

對知識性活動之參與程度，預測力最大的變項是工作行業是否屬於商業界之人，其次就是婚姻狀況。未婚者之休閒活動變異性較大；對休閒活動變異性最有預測力的變項是假日休閒時數的多寡。

## 壹、緒 論

自工業革命以來，社會型態急遽地由農業社會轉為工商業社會，人類的生活內容也發生了重大的改變，其中最重要的原因，是機器生產大量地取代了以往的人力勞動。根據估計，目前西方工業先進國家中，工人每週平均工作時數約為 37 至 40 小時，比起以前的 48 小時減少許多。照這樣的情形發展，預計在西元 2000 年時，人們平均每週只需要工作 25 小時即可

(Kaplan, 1975)。工作時間的縮短，也就是表示個人可以自由支配運用的空閒時間增加了，工作不再是生活的全部，人需要其他的活動來填補以及充實生活。在另一方面，由於現代人對教育、社會福利、生活素質等層面的要求水準提高了，休閒活動本身又具備了提昇這些層面的功能，遂使得人們願意將所得的一部份花費在休閒活動的參與上。再從現代生活的另一個重要特徵——競爭激烈來看，雖然工作時間縮短了，但知識和技術卻急速地推陳出新，為了使自己在這激烈的生活競爭中不致被淘汰，個人必須不斷地學習，不斷地充實自己，雖然工時縮短，生活中緊張和壓力卻增加了，因此如何讓自己獲得充份的鬆弛，儲備工作的精力，遂成為休閒活動的最重要功能之一。另外，工商社會愈發展，分工也必愈趨細密，人們常常只是單調地重複著某些動作，致使「疏離感」成為近代時髦的名詞。由於人無法從工作中獲得充分的成就感，以滿足個人自我實現的需求，所以自然而然地希望從工作之外求取自我實現的滿足。基於上述種種因素，再加上交通便利、人口逐漸向都市集中等趨勢的推波助瀾，「休閒」(leisure) 開始受到人們的重視。在美國，從 1950 年開始陸續有學者著手研究有關休閒的問題，並且有專門研究休閒的學術期刊問世；反觀國內，一直到最近幾年社會大眾才較常聽到休閒這個字眼，開始注意到要如何安排休閒時間、要提供怎樣的休閒場所等問題。學術界有關這方面的研究也才剛剛起步，但隨著我國「現代化」腳步的加速，有關休閒活動的研究應是刻不容緩的。

臺北市是一個商業、貿易及行政中心，工作者在緊張忙碌的工作之餘，最需要休閒生活來平衡身心，為第二天的工作預作準備，不但可增進生活情趣、提高生活素質，並可提高工作效率，因此休閒活動對就業者而言也就日益重要了。最近一般社會大眾已經開始注意到休閒生活的問題，許多機關團體常會為員工舉辦一些休閒活動，型態大致為郊遊、旅行、露營、或插花、技藝學習等。但其中不乏是一陣熱潮之後就乏人問津，或是因眾人興趣缺缺而被迫取消的，這不但暴露了休閒的觀念尚未被正確認識的問題，更顯示國內的休閒環境還待進一步的規劃與建設。常常聽到有人抱怨下班之後無處可去，只得在家守著電視，或是例假日裏嫌各風景區人潮洶湧，不如在家睡覺休息。近年政府也注意到國民的精神生活，縣市文化中心就是在企圖提高民衆生活品質的政策之下，一棟棟地興建起來。而現在卻又常發現使用率不高的現象，可見國內有關休閒活動的問題，實在亟需研究與設計規劃。

休閒的問題雖然逐漸受到重視，但對於休閒的定義卻相當分歧，現有的定義大致是從三個角度來定義：一、從時間殘餘的觀點看，認為上班時間之外，剩餘的時間就是休閒。二、從休閒的內容或功能來看，Gist 與 Fava (1964) 認為，休閒是除了工作與其他必要的責任外，可自由運用以達到鬆弛、娛樂、社會成就及個人發展等目的的那一段時間。三、從規範的觀點看，認為休閒應具有高尚、優雅的性質，而且具有藝術、宗教的價值。

本研究綜合上述之定義，將休閒定義為：「在非工作時間內，扣除吃飯、睡覺、打掃、照顧家人等生活必須之責任，或活動外，所剩餘且無強迫性的一段時間。」

休閒活動的項目非常多，若一一列舉加以分析探討，恐有遺漏之可能，而且在分析上亦會非常煩瑣。因此，如何將休閒活動適當地分類，是一個值得探討的問題 (Crandall & Lewko, 1976)。一般用來分類的方法大致有三種，一為研究者主觀分類法，一為因素分析法，另一則為多元尺度評定法 (Multidimensionally Scalling 簡稱 MDS) (Holbrook 1980)。由於國內有關之研究多數是以主觀分類法來加以分類，因此本研究嘗試以因素分析法，將休閒活動予以分類，然後再探討受試者在各類別上的參與程度，及有那些變項會影響到受試者在這些類別上的參與程度。

Chen (1982) 認為，研究休閒活動時，除去研究其質的不同外，亦可以研究其量的不同。所謂質的差異就是所參加的休閒活動內容或活動類別的不同。而所謂量的不同係指所參加的數量的不同，也就是變異性 (Variety)。有些人只參加一、二種休閒活動，但有些人則參加數十種休閒活動。因此本研究除去探討休閒活動類別外，亦探討有那些變項可能和休閒活動變異性之間有較高的關係。

因此本研究之主要目的即是，先將休閒活動予以系統化的分類，然後探討和休閒活動，參與程度有關之因素。

基於上述之研究動機與目的，本研究提出下列研究問題：

1. 休閒活動可分為幾類？
2. 臺北市就業者較常參加那幾類休閒活動？
3. 性別、年齡、婚姻、工作行業、工作性質等變項與各休閒活動類別參與程度之關係為何？

4. 性別、年齡、婚姻、工作行業、工作性質等變項與休閒活動變異性之關係為何？

## 貳、研究方法

### 一、取 樣

本研究以臺北市16個行政區之人口為母羣，依各區人口之多寡，分層取樣，共抽取八個行政區：松山、南港、大安、古亭、景美、城中、雙園、大同等。至各區公所，抽取人口數最多的三里或六里（松山區為六里，其餘均為三里），隨機抽取在職業欄中登記有職業者，每里抽取40人。松山區共抽取240人，其餘七區均為120人，合計1,080人，由研究者及有關訪員依住址前往交由受試者填答，並附回郵信封一個，待其填答完畢後逕行寄回。一個月後共收回487份問卷，回收率為45%，再經刪除不完整或隨意亂答之廢卷78份，有效問卷共409份。其中男性165人，女性244人；30歲以下者247人（60%），30歲以上者162人（40%）；未婚者220人（54%），已婚者189（46%）人；教育程度為高中（職），及以下者209人（51%）；大專程度及以上者共200人（49%）；工作行業以商業（35%）及公共行政社會服務業者（34%）為較多數；每月收入以一萬至一萬伍仟元者為較多數（44%），其次為一萬伍仟元至二萬元者（22%）。

由此可知本研究之樣本，由於受到地區之因素影響，學歷、職業、收入、年齡等特質均有其特殊性，亦可以「臺北市上班族」之稱謂來描述此一樣本。

### 二、研究工具

#### 休閒活動量表

本量表係根據鄭瀛川、陳彰儀（民73）所編之休閒活動量表修訂而成，共有83項休閒活動，由受試者根據自己過去參與各項活動的情形，依不曾參加、很少參加、有時參加、較常參加及常常參加等5點量表來回答，並依此順序給予1至5分。分數愈高表示愈常參加。

### 三、資料分析方法

本研究主要統計分析方法有：因素分析法、變異數分析法、複迴歸分析法等，均利用政大 PRIME 750 電腦，採用 SPSS 統計軟體程式分析。

## 叁、研究結果

### 一、休閒活動的分類

本研究將受試者在休閒活動量表上之反應，利用主因素分析法 (principal factor analysis) 進行因素分析，並以變方最大法 (VariMax) 進行直交轉軸，抽取特徵值 (Eigen Value) 大於 1.0 之因素，結果共抽得十一類因素，各因素的特徵值與解釋的變異量百分比如表 1。

表 1 休閒活動各因素之特徵值與解釋的變異量

	因素一	因素二	因素三	因素四	因素五	因素六	因素七	因素八	因素九	因素十	因素十一
特 徵 值	11.89	4.71	3.74	3.17	2.25	2.07	1.74	1.37	1.18	1.12	1.04
變 異 量(%)	14.9	6.2	5.0	4.4	3.3	3.0	2.7	2.2	2.0	2.0	1.8
累加變異量(%)	14.9	21.1	26.2	30.5	33.8	36.8	39.5	41.7	43.7	45.7	47.5

由表中可發現，此十一個因素可解釋所有題目的47%，其中尤以第一個因素及第二個因素解釋的量最大。由研究者根據各因素所包含項目之因素負荷量，選取大於 0.4 者，分別予以各因素命名。各因素之名稱、所包含之項目，及其因素負荷量如表 2 所示。將受試者在各類別中所包含之活動項目上之參與程度予以累加，並除以各類別中所包含的活動項目題數，即得到受試者在各休閒類別上之參與程度平均數。由表 3 可了解受試者在此十一類活動中，較常參加社交性、休憩性、知識性、與小孩有關之活動及逛街性活動（平均數高於 3.00），而最少參與娛樂性之活動。至於造成此種現象之可能原因，將在第四章討論部份再行討論。

表 2 休閒活動之因素負荷量

因 素	因素負荷量	因 素	因素負荷量
因素一：手藝性 題 號		因素五：知識性 題 號	
47. 做手工藝.....	.80	24. 參觀展覽.....	.71
45. 打毛線、縫製衣物.....	.78	23. 逛書店.....	.64
46. 化粧、美髮.....	.67	29. 看專業雜誌.....	.42
59. 插花.....	.64	因素六：一般運動性	
37. 學特殊技藝.....	.60	3. 健行.....	.68
44. 特別料理.....	.53	2. 爬山.....	.63
因素二：娛樂性		7. 慢跑.....	.57
65. 上舞廳（夜總會）.....	.78	6. 散步.....	.40
64. 參加舞會.....	.71	因素七：休憩性	
66. 上歌廳.....	.65	77. 沉思（發呆）.....	.67
67. 才藝表演.....	.60	78. 休息（小睡）.....	.65
63. 參加宴會.....	.49	60. 吃零嘴.....	.43
68. 有獎猜謎.....	.40	因素八：棋藝性	
因素三：文藝性		54. 玩牌（撲克）.....	.75
42. 書法、繪畫.....	.59	55. 下棋.....	.54
35. 學語言.....	.51	53. 打麻將.....	.50
47. 寫作（翻譯）.....	.50	因素九：與小孩有關之活動	
50. 剪貼.....	.47	82. 與小孩有關之活動.....	.83
34. 研讀書籍.....	.45	81. 逗小孩玩.....	.74
51. 收集東西.....	.44	因素十：逛街性	
因素四：社交性		22. 逛夜市.....	.77
62. 朋友聚會.....	.66	21. 逛街.....	.76
38. 訪友.....	.59	因素十一：農藝性	
39. 電話聊天.....	.51	58. 園藝活動.....	.61
26. 看電影.....	.44	57. 飼養小動物.....	.55
61. 品茶（咖啡、酒）.....	.43		

表 3 受試者參與各休閒活動類別之平均數與標準差

活動類別	平均數	標準差	活動類別	平均數	標準差
手藝性活動	2.046	0.922	休憩性活動	3.172	0.893
娛樂性活動	1.733	0.616	棋藝性活動	2.087	0.801
文藝性活動	2.413	0.762	與小孩有關之活動	3.206	1.146
社交性活動	3.266	0.723	逛街活動	3.288	1.014
知識性活動	3.048	0.831	農藝性活動	2.396	1.091
一般運動	2.721	0.729			

## 二、人口統計變項在各休閒活動類別上之分析

本研究將人口統計變項視為自變項 (independent variable)，將受試者在十一類休閒活動上之參與情形視為依變項 (dependent variable)，然後進行 t 考驗或單因子變異數分析 (one-way ANOVA)，以分析各自變項在休閒活動類別上之參與程度是否有差異。

### 1. 性別在休閒活動類別上之差異

由表 4 可了解，男女性在手藝性活動、知識性活動、休憩性活動、棋藝性活動、及逛街性活動上有顯著差異。女性較男性常做手工藝、特別料理、女性比男性較常逛街、沉思、小睡；而男性比女性較常逛書店、參觀展覽、及下棋、打牌等活動。

### 2. 婚姻在休閒活動類別上之差異

由表 5 可了解結婚與否在社交性、知識性、休憩性、與小孩有關之活動上有顯著差異，除去與小孩有關之活動此一類別，是已婚者高於未婚者外，其於三類活動均是未婚者參與程度較高，由此顯示，已婚者由於家庭、小孩之因素，使得其較無法參與社交性、知識性及休憩性的活動。

### 3. 擁有小孩與否在休閒活動類別上之差異。

若進一步探討已婚者是否有小孩對休閒活動的影響，可由表 6 中了解，小孩的有無會影

表 4 性別在休閒活動類別上之差異性考驗

研究變項	組別	男	女	t 值
		N=165	N=244	
手藝性活動	M	1.35	2.51	17.71**
	SD	0.071	0.145	
娛樂性活動	M	1.80	1.68	1.81
	SD	0.094	0.107	
文藝性活動	M	2.39	2.42	0.32
	SD	0.123	0.129	
社交性活動	M	3.22	3.29	0.93
	SD	0.142	0.146	
知識性活動	M	3.18	2.96	2.55*
	SD	0.307	0.251	
一般運動性活動	M	2.78	2.68	1.33
	SD	0.197	0.170	
休憩性活動	M	2.80	3.42	7.59**
	SD	0.255	0.295	
棋藝性活動	M	2.30	1.94	4.39**
	SD	0.302	0.228	
與小孩有關之活動	M	3.09	3.28	1.68
	SD	0.552	0.585	
逛街性活動	M	2.95	3.51	5.68**
	SD	0.510	0.470	
農藝性活動	M	2.52	2.31	1.91
	SD	0.540	0.545	

\* P < .05

\*\* P < .01



臺北市就業者之休閒狀況分析

表 5 婚姻在休閒活動類別上之差異性考驗

研究變項	組別	未 婚	已 婚	t 值
		N=220	N=189	
手藝性活動	M	2.12	1.96	1.74
	SD	0.161	0.143	
娛樂性活動	M	1.74	1.71	0.47
	SD	0.118	0.081	
文藝性活動	M	2.47	2.34	1.74
	SD	0.130	0.122	
社交性活動	M	3.39	3.11	4.03**
	SD	0.145	0.138	
知識性活動	M	3.13	2.95	2.25*
	SD	0.280	0.271	
一般運動性活動	M	2.66	2.78	1.71
	SD	0.176	0.187	
休憩性活動	M	3.37	2.94	5.00**
	SD	0.308	0.264	
棋藝性活動	M	2.08	2.09	0.19
	SD	0.258	0.276	
與小孩有關之活動	M	2.96	3.49	4.79**
	SD	0.572	0.240	
逛街性活動	M	3.36	3.20	1.62
	SD	0.510	0.500	
農藝性活動	M	2.32	2.48	1.47
	SD	0.561	0.527	

\* P < .05

\*\* P < .01

表 6 擁有小孩與否在休閒活動類別上之差異性考驗

研究變項	組 別		沒有小孩 N=49	有小孩 N=139	t 值
	M	SD			
手藝性活動	M		2.10	1.91	1.32
	SD		0.144	0.142	
娛樂性活動	M		1.69	1.72	0.33
	SD		0.079	0.083	
文藝性活動	M		2.42	2.31	0.92
	SD		0.119	0.124	
社交性活動	M		3.35	3.02	2.96**
	SD		0.136	0.134	
知識性活動	M		3.03	2.91	0.91
	SD		0.245	0.278	
一般運動性活動	M		2.73	2.81	0.65
	SD		0.161	0.196	
休憩性活動	M		3.21	2.83	2.99**
	SD		0.256	0.256	
棋藝性活動	M		2.19	2.07	0.88
	SD		0.260	0.281	
與小孩有關之活動	M		2.93	3.68	4.39**
	SD		0.507	0.517	
逛街性活動	M		3.39	3.12	1.64
	SD		0.452	0.512	
農藝性活動	M		2.47	2.49	0.13
	SD		0.515	0.532	

\* P < .05

\*\* P < .01

### 臺北市就業者之休閒狀況分析

響受試者在社交性、休憩性及與小孩有關之活動上的參與程度，有小孩的人比沒有小孩的人較少與朋友聚會，較沒時間沉思、發呆或小睡，而且有小孩的人，在十一類活動的平均數中，以與小孩有關之活動最高，可見小孩子對父母從事休閒活動是有很大的影響。

#### 4. 工作行業在休閒活動類別上之差異

由表 7 顯示，不同工作行業之人在文藝性、知識性、及農藝性等活動上有所差異。且進行 Scheffe's 事後考驗，其中運輸業者和商業界者在農藝性活動上有顯著差異，而另二類活動，很可能是由於 Scheffe's 方法是較保守的一種事後考驗，因此無任二組達到 0.5 顯著水準，但若由平均數而言，亦可了解，在文藝性活動上，教育業參與的程度最高，工業界之人參與程度最低。在知識性活動上，教育界之人參與程度最高，商業界之人參與程度最低。若以各行業在十一類活動的平均數而言，可以了解農漁業界較常參加的是逛街性活動，工業界之人較常參加的是休憩性活動，商業界較常參加的是社交性活動，運輸業之人較常參加的是農藝性及小孩有關之活動，公共行政或社會服務業及教育業較常參加的亦是與小孩有關之活動。可見各行業的人所從事之休閒活動的確有所差異。

#### 5. 工作性質在休閒活動類別上之差異

由表 8 顯示，不同工作性質之人在手藝性、娛樂性、文藝性、知識性、棋藝性等活動上有所差異。在文藝性活動上，以行政文書工作者較常參加，而管理工作者最少參與；在娛樂性活動上，以銷售性工作之人最常參加，教書之人最少參加；在文藝性及知識性活動上，均以企劃工作之人參與程度較高，而屬於管理工作之人則較少參加此二類活動，負責行政文書工作者亦甚少從事知識性之活動；在棋藝性活動方面，以勞務工作者參與程度較高，較常下棋、打牌，而行政文書、教書者則較少參與此種活動。若以各種工作性質在各類活動之平均數而言，教書者除去在與小孩有關之活動外，參加程度最高的是知識性活動；企劃研究工作之人，亦是以知識性活動為最常參加的一類活動；行政文書工作之人，最常參加的是逛街性活動；從事管理工作之人，除去與小孩有關之活動外，以社交性活動為最常參加之活動；從事銷售性工作之人則明顯的是以社交性活動為最常參加的活動；從事勞務工作者，除去與小孩有關之活動外，是以休憩性活動為較常從事之休閒活動。由此可了解，除去因為有小孩之緣故，休閒活動會受到影響外，不同工作性質之人，其較常參加之休閒活動是有所不同的。

表 7 工作行業在休閒活動類別上之差異性考驗

研究變項	組別	農漁牧 礦業 N=4	工業 (製造業) N=39	商業 (金融) N=141	運輸業 N=18	公共行政 社服業 N=136	教育業 N=37	F 值
手藝性活動	M	1.91	1.82	1.95	2.18	2.14	2.30	1.70
	SD	0.057	0.158	0.141	0.163	0.163	0.174	
娛樂性活動	M	1.66	1.93	1.77	1.64	1.70	1.68	1.33
	SD	0.682	1.285	0.531	0.585	0.450	0.431	
文藝性活動	M	2.20	2.18	2.24	2.51	2.54	2.59	3.48**
	SD	0.143	0.114	0.113	0.149	0.129	0.142	
社交性活動	M	3.20	3.18	3.32	3.13	3.28	3.18	0.50
	SD	0.169	0.176	0.143	0.163	0.125	0.172	
知識性活動	M	2.91	3.05	2.83	3.00	3.14	3.29	2.95*
	SD	0.228	0.303	0.272	0.231	0.262	0.302	
一般運動性活動	M	2.56	2.75	2.60	2.63	2.84	2.72	1.62
	SD	0.256	0.187	0.173	0.173	0.196	0.152	
休憩性活動	M	3.25	3.53	3.11	3.12	3.11	3.13	1.57
	SD	0.210	0.417	0.297	0.241	0.267	0.27	
棋藝性活動	M	2.16	2.15	2.16	2.09	2.01	1.89	0.94
	SD	0.32	0.303	0.282	0.331	0.228	0.224	
與小孩有關之活動	M	3.12	3.39	3.02	3.27	3.33	3.35	1.36
	SD	0.552	0.697	0.56	0.515	0.547	0.612	
逛街性活動	M	3.75	3.46	3.29	3.02	3.27	3.27	0.63
	SD	0.322	0.527	0.505	0.481	0.485	0.570	
農藝性活動	M	2.62	2.52	2.11#	3.27#	2.52	2.33	4.92**
	SD	0.625	0.772	0.471	0.543	0.522	0.487	

\* P < .05

\*\* P < .01

註：相同“#”者，表以 scheffe 法作事後考驗，平均數差異達 .05 顯著水準的組別。

臺北市就業者之休閒狀況分析

表 8 工作性質在休閒活動類別上之差異性考驗

研究變項	組別	教書	行政文書	管理	企劃研究	銷售	勞務	F 值
		N=19	N=121	N=35	N=22	N=35	N=26	
手藝性活動	M	2.00	2.38#	1.73#	2.07	1.77	1.99	3.73**
	SD	0.142	0.169	0.114	0.197	0.145	0.140	
娛樂性活動	M	1.52	1.65	1.84	1.61	1.93	1.80	2.81*
	SD	0.409	0.416	0.491	0.455	0.739	0.469	
文藝性活動	M	2.70	2.47	2.27	2.90	2.35	2.32	2.69*
	SD	0.156	0.123	0.103	0.141	0.116	0.115	
社交性活動	M	3.15	3.23	3.25	3.24	3.58	3.14	1.16
	SD	0.181	0.136	0.113	0.174	0.179	0.118	
知識性活動	M	3.33	2.99#	2.95△	3.72#△	3.10	3.01	3.54**
	SD	0.333	0.250	0.274	0.296	0.304	0.287	
一般運動性活動	M	2.68	2.75	2.86	2.73	2.48	2.77	0.71
	SD	0.152	0.195	0.196	0.214	0.179	0.191	
休憩性活動	M	3.01	3.22	2.86	3.13	3.08	3.19	1.04
	SD	0.214	0.278	0.276	0.333	0.357	0.275	
棋藝性活動	M	1.84	1.91#	2.21	2.09	2.34	2.48#	3.82**
	SD	0.263	0.227	0.256	0.288	0.276	0.315	
與小孩有關之活動	M	3.42	3.34	3.47	3.02	3.00	3.42	0.99
	SD	0.682	0.525	0.513	0.498	0.625	0.405	
逛街性活動	M	3.05	3.48	3.14	3.27	3.26	3.02	1.61
	SD	0.645	0.482	0.547	0.481	0.512	0.482	
農藝性活動	M	2.26	2.37	2.68	2.38	2.69	2.61	1.04
	SD	0.442	0.497	0.511	0.597	0.567	0.500	

\* P < .05      \*\* P < .01

註：相同“#，△”者，表以 scheffe 法作事後考驗，平均數差異達 .05 顯著水準的組別。

表九 工作職等在休閒活動類別上之差異性考驗

研究變項	組別	委任級	薦任	自營	一般	初級	中級	高級	F 值
		(含)以下 N=150	(含)以上 N=33	商店 N=5	職員 N=140	主管 N=13	主管 N=12	主管 N=8	
手藝性活動	M	2.14	1.80	2.56	2.07	1.96	1.36	1.58	2.47*
	SD	0.164	0.142	0.160	0.143	0.170	0.079	0.083	
娛樂性活動	M	1.72	1.72	1.70	1.70	1.96	1.69	2.10	1.23
	SD	0.500	0.440	0.380	0.538	0.403	0.448	0.750	
文藝性活動	M	2.50	2.62	2.43	2.26	2.57	2.37	2.35	1.72
	SD	0.135	0.132	0.155	0.121	0.131	0.092	0.104	
社交性活動	M	3.29	3.20	3.36	3.29	3.23	3.15	3.30	0.16
	SD	0.145	0.158	0.184	0.138	0.154	0.131	0.168	
知識性活動	M	3.15	3.26	3.00	2.87	3.15	3.22	3.33	2.06
	SD	0.265	0.341	0.407	0.264	0.242	0.307	0.384	
一般運動性活動	M	2.81	3.05	2.95	2.49	2.92	2.95	3.03	4.58**
	SD	0.188	0.198	0.120	0.164	0.184	0.159	2.57	
休憩性活動	M	3.19	2.78	3.40	3.30#	3.02	2.72	2.20#	4.31**
	SD	0.267	0.291	0.276	0.287	0.273	0.231	0.156	
棋藝性活動	M	2.06	1.88	1.73	2.11	1.94	2.50	2.58	1.71
	SD	0.262	0.232	0.164	0.278	0.255	0.221	0.301	
與小孩有關之活動	M	3.39	3.15	4.30	3.03	3.04	2.87	3.87	2.93**
	SD	0.565	0.482	0.382	0.535	0.495	0.595	0.477	
逛街性活動	M	3.38	3.09	3.50	3.38	2.73	2.68	2.62	2.33*
	SD	0.532	0.485	0.612	0.495	0.362	0.307	0.477	
農藝性活動	M	2.56	2.42	2.70	2.16	3.03	2.54	2.68	2.76*
	SD	0.542	0.477	0.652	0.497	0.580	0.577	0.532	

\* P < .05

\*\* P < .01

註：相同“#”者，表以 scheffe 法作事後考驗，平均數差異達.05顯著水準的組別。

臺北市就業者之休閒狀況分析

表10 擁有交通工具在休閒活動類別上之差異性考驗

研究變項	組別	沒有交通工具	自行車	摩托車	轎車	F 值
		N=216	N=18	N=121	N=46	
手藝性活動	M	2.25	2.03	1.77	1.79	8.52**
	SD	0.149	0.159	0.157	0.130	
娛樂性活動	M	1.69	2.02	1.75	1.81	1.97
	SD	0.076	0.114	0.092	0.092	
文藝性活動	M	2.37	2.27	2.54	2.28	1.98
	SD	0.121	0.128	0.131	0.137	
社交性活動	M	3.24	3.22	3.30	3.28	0.20
	SD	0.145	0.156	0.140	0.152	
知識性活動	M	3.00	3.11	3.20	2.86	2.34
	SD	0.272	0.204	0.283	0.302	
一般運動性活動	M	2.72	2.97	2.70	2.59	1.18
	SD	0.170	0.143	0.198	0.202	
休憩性活動	M	3.30#	3.44△	3.07	2.72 <sup>#</sup> <sub>△</sub>	6.83**
	SD	0.272	0.531	0.282	0.272	
棋藝性活動	M	1.98	2.16	2.16	2.38	3.22
	SD	0.237	0.280	0.265	0.362	
與小孩有關之活動	M	3.10	3.33	3.33	3.35	1.35
	SD	0.537	0.950	0.582	0.512	
逛街性活動	M	3.37	3.02	3.26	3.06	1.73
	SD	0.490	0.615	0.502	0.547	
農藝性活動	M	2.28	2.94	2.52	2.35	2.90*
	SD	0.492	0.975	0.542	0.490	

\* P < .05      \*\* P < .01

註：相同“#，△”者，表以 scheffe 法作事後考驗，平均數差異達 .05 顯著水準的組別。

#### 6. 工作職等在休閒活動類別上之差異

由表 9 可了解不同工作職等之人在手藝性、一般運動性、與小孩有關之活動、逛街性及農業性等活動上有所差異。在手藝性活動上，以自營商店者參與程度最高，私人機構中的中級、高級主管之人較少參加。在一般運動上，以公家機構薦任以上或私人機構中高級主管者較常參加，而私人機構的一般職員較少參加。在休憩性活動上，以私人機構中的一般職員、自營商店者較常從事，以私人機構中的高級主管較少有休憩性活動。在與小孩有關活動中，以自營商店者最常從事此項活動，以私人機構中的中級主管如課長、主任等較少從事此種活動。

在逛街性活動上，以自營商店之人較常從事此類活動，而高級主管則甚少參與此種活動。在農藝性活動上，以私人機構中的初級主管最常參與，一般職員則最少參與。若以各工作職等之人而言，可以發現，公家機構中較基層之公務員，最常參加逛街、與小孩有關之活動；職位較高之公務員，則較常參加知識、社交性活動；私人公司中的一般基層員工最常逛街、休憩，初級主管則最常參加社交性活動；中級主管則最常參與有關知識性之活動；高級主管最常參與的是與小孩有關之活動及知識性活動；自營商店之人，最常參與的就是與小孩有關之活動，不同工作職位之人，其休閒活動亦有所不同。

#### 7. 擁有交通工具狀況在休閒活動類別上之差異

由表10顯示擁有交通工具的狀況在參與手藝性、休憩性、棋藝性、農藝性活動方面有所差異。在手藝性活動方面，沒有自用交通工具者參與程度比有摩托車、轎車者高。在休憩性活動方面，沒有交通工具，或有自行車者參與程度亦較高，而有轎車者參與程度較低，在棋藝性活動方面，有轎車者則參與程度比沒有自用交通工具者強。在農藝性活動方面，則以有自行車之人參與程度較高，沒有交通工具或有轎車者參與程度則較弱。

### 三、人口統計變項在休閒活動變異性上之分析

本研究所謂之休閒活動變異性，是根據受試者在83種休閒活動項目上，對參與情形之反應而計算得到。當受試者鈎選「較常參加」，或「常常參加」，即視為有參與該活動，並累加有參加之活動總數，分數愈高者，表示參與休閒活動的項目較多，活動變異性較大；分數



臺北市就業者之休閒狀況分析

愈低者，表示受試者較常參加的活動只有少數幾項，活動變異性較小。

由表11至表17中可發現在婚姻、性別、擁有小孩與否、工作行業、工作性質、職等、擁有交通工具等變項中，唯有婚姻狀況之不同，其活動變異性才有差異，表示已婚者經常從事的休閒活動種類較少，而未婚者其休閒活動的變化性較大。在探討婚姻對休閒活動類別時亦曾發現，已婚者最常從事的活動是與小孩有關之活動，因此很可能是已婚者受到家庭之影響，而使其參與休閒活動的種類降低，而不同性別、工作行業、工作性質、工作職等之人，其經常參與休閒活動的數量並無差異。

**表11 婚姻在休閒活動變異性上之差異性考驗**

組別	未婚	已婚	t 值
平均數	16.73	14.91	2.10*
標準差	9.61	7.84	

**表12 性別在休閒活動變異性上之差異性考驗**

組別	男	女	t 值
平均數	15.22	16.34	1.25
標準差	8.56	9.04	

\*  $P < .05$

**表13 擁有小孩與否在休閒活動變異性上之差異性考驗**

組別	沒有小孩	有小孩	t 值
平均數	15.67	14.61	0.82
標準差	7.97	7.79	

**表14 工作行業在休閒活動變異性上之差異性考驗**

組別	農漁牧礦業	工業	商業	運輸	公共行政 社會服務	教育業	F 值
平均數	18.25	14.79	14.42	15.72	16.16	17.08	0.97
標準差	14.05	10.14	8.04	11.40	7.98	9.50	

表15 工作性質在休閒活動變異性上之差異性考驗

組別	教書	行政文書	管理	企劃研究	銷售	勞務	F 值
平均數	16.00	15.90	15.28	20.36	16.65	15.42	1.12
標準差	10.012	8.408	6.357	10.190	11.523	8.986	

表16 工作職等在休閒活動變異性上之差異性考驗

組別	委任級 (含)以下	薦任級 (含)以上	自營商店	一般職員	初級主管	中級主管	高級主管	F 值
平均數	16.82	15.12	17.00	14.81	16.84	13.66	17.37	0.90
標準差	9.21	8.18	14.67	7.36	10.74	7.07	13.52	

表17 擁有交通工具在休閒活動變異性上之差異性考驗

組別	沒有交通工具	自行車	摩托車	轎車	F 值
平均數	15.19	16.50	16.74	16.34	0.86
標準差	8.16	8.00	9.97	9.73	

表18 不同性別與不同婚姻狀況者在休閒活動變異性上之變異數分析摘要表

SV (變異來源)	SS	df	MS	F 值
A (性別)	60.60	1	60.60	0.77
B (婚姻)	343.54	1	343.54	4.41*
A × B (交互作用)	80.74	1	80.74	1.03
W. cell (殘差)	31550.43	405	77.90	
全體	32025.55	408	78.49	

\* P < .05

### 臺北市就業者之休閒狀況分析

由於已婚者之休閒活動變異性較低，在我國社會中，已婚家庭中的家事、帶小孩等事務，多數是由女性（即妻子）負責，因此是否女性已婚者之休閒活動數量會因此比男性已婚者更少，亦是值得探討的部份，因此本研究進一步分析性別與婚姻狀況在休閒活動變異性上之差異性考驗，其結果如表18所示。由表18可知，唯有婚姻狀況此一變項在休閒活動變異性上有差異，且性別與婚姻在此變項上無交互作用。由前述的分析中，我們已了解，未婚者的活動變異性大於已婚者的休閒活動變異性。

## 四、各研究變項在五種休閒活動類別及休閒活動變異性之迴歸分析

由於在十一類活動中，以社交性、知識性、休憩、與小孩有關之活動、逛街性等類別是受試者較常參加之類別，因此將此五種類別當作效標變項，並選取與之相關較高，或有影響力之變項當作預測變項，進行多元迴歸分析。除此外，為了解活動變異性可由那些變項來預測，亦將活動變異性視為一效標變項，因此共有 6 種效標。為進行此種分析，先將有關之名義變項轉換為擬變項 (Dummy Variable)，然後再進行多元迴歸分析。

### (一) 社交性活動之預測

由表19了解，在預測社交性活動參與程度時，以擁有小孩的數目、結婚與否、年齡、假日休閒時數最具預測力，小孩數目愈多者參與社交性活動愈少，已婚者參與社交活動愈少，年齡愈大者，參與社交活動愈多。因此可以由受試者擁有小孩的數目、是否已婚及年齡來預測其社交性活動參加之程度。

表19 預測變項在社交性活動上之迴歸係數表

複迴歸係數 (R)	決斷係數 (R <sup>2</sup> )	預測變項標準化迴歸係數						
		小孩數目	結婚與否	年齡	假日休閒時數	平日休閒時數	是否有小孩	工作年資
0.38	0.14	-0.40**	-0.38**	0.30*	0.17	-0.10	0.09	0.01

\* P < .05

\*\* P < .01

表20 預測變項在知識性活動上之迴歸係數表

預測變項標準化迴歸係數		預測變項標準化迴歸係數																				
復迴歸係數 (R)	決斷係數 (R <sup>2</sup> )	工作業					工作性質					共同居住人數	教育程度	結婚與否	個人收入	年齡	假日休閒時數	性別	全家收入			
		商業	運輸	工業	公行社服	農漁牧礦	教育	企劃	管理	銷售	勞務									行政文書	教書	
0.41	0.17	**	-0.29	-0.07	-0.06	-0.03	-0.03	**	0.15	-0.04	0.03	0.02	0.01	**	-0.20	0.14	**	-0.09	0.08	0.06	-0.05	0.03

\*\* P < .01

表21 預測變項在休憩性活動上之迴歸係數表

預測變項標準化迴歸係數		預測變項標準化迴歸係數																					
復迴歸係數 (R)	決斷係數 (R <sup>2</sup> )	自用交通工具			工作職等				小孩數目			同住人數			有否小孩		平日休閒時數	個人收入	假日休閒時數	工作年資	教育程度		
		無	摩托車	自行車	輪車	一般職員	委任級	高級主管	中級主管	薦任級	初級主管	自營商店	結婚與否	同住人數	性別	有否小孩							
0.56	0.32	**	0.42	**	0.21	**	0.19	**	0.16	-0.24	**	-0.18	-0.09	-0.10	**	0.16	**	-0.16	**	0.11	0.11	0.04	0.03

\*\* P < .01

臺北市就業者之休閒狀況分析

(二)知識性活動之預測

由表20中之標準化迴歸係數可了解工作行業是屬於商業，工作性質是企劃研究的，及是否已婚、教育程度對知識性活動參與之程度較具預測力。若是商業界之人，其參與知識性活動的程度會較低，已婚者其參與知識性活動之程度亦會降低，若其工作性質是屬企劃研究的，則其知識性活動的參與程度會提高，教育程度愈高者，參與知識性活動之程度亦會提高。因此可以由是否為商業、工作性質是否為企劃、結婚與否、教育程度之高低來預測參與知識性活動之程度。

(三)休憩性活動之預測

由表21之標準化迴歸係數可了解，無自用交通工具，有摩托車、有自行車，職位是屬於一般職員或高級主管之人，擁有小孩的數目、年齡、結婚與否，共同居住人數、性別、有否小孩、平日休閒時數等變項對參與休憩性活動程度均具有預測力，其中尤以小孩數目預測力最高。小孩數目愈多者愈少有休憩性活動，年齡愈大或沒有自用交通工具者均較常沉思、小睡，已婚者愈少有休憩性之活動。

(四)與小孩有關之活動的預測

由表22的標準化迴歸係數可了解，有無小孩，結婚與否、年齡、年資等變項對有關小孩之活動較有預測力，有小孩者愈常參加此類活動，已婚者，工作年資愈長者，愈常參加此活動，但年齡愈大愈少參與此類活動。因此可以由有無小孩、是否已婚、年齡及工作年資來預測參與與小孩有關活動之程度。

表22 預測變項在與小孩有關之活動上之迴歸係數表

複迴歸係數 (R)	決斷係數 (R <sup>2</sup> )	預測變項標準化迴歸係數										
		有無小孩	結婚與否	年齡	年資	工作職等						
						高級主管	委任級	自營商店	一般職員	薦任以上	初級主管	中級主管
0.46	0.21	**0.35	**0.32	** -0.26	**0.15	0.13	0.10	0.10	0.08	0.03	0.01	-0.002

\*\* P < .01

(五) 逛街性活動之預測

由表23可了解性別、小孩數目、個人收入對逛街性活動之預測力較大，女性較常逛街、小孩數目愈少、個人收入愈低者愈常逛街，因此也許可以由性別、小孩數目、個人收入三者來預測經常逛街之程度。

表23 預測變項在逛街性活動上之迴歸係數表

複迴歸係數 (R)	決斷係數 (R <sup>2</sup> )	預測變項標準化迴歸係數																
		性別	小孩數目	個人收入	求學時期生活地區			工作時期生活地區			工作職等					年齡		
					城鎮	一般縣市	院轄市	一般縣市	城鎮	院轄市	委任級	自營商店	初級主管	薦任級	一般職員		高級主管	中級主管
0.39	0.15	0.18**	-0.18**	-0.14*	-0.12	0.02	0.01	0.11	0.10	0.03	0.07	0.06	-0.04	0.04	0.02	-0.01	0.01	0.05

\*\* P < .01

\* P < .05

(六) 活動變異性之預測

由表24可知，假日休閒時數對活動變異性之預測力較大，表示假日休閒時數愈多者，經常參與的活動種類也愈多。由於由假日休閒時數，收入、結婚與否、年齡、平日休閒時數等變項只能預測活動變異性的4%，因此也許還有其他更重要之變項影響休閒活動變異性，還有待進一步研究。

表24 預測變項在活動變異性上之迴歸係數

複迴歸係數 (R)	決斷係數 (R <sup>2</sup> )	預測變項標準化迴歸係數				
		假日休閒時數	全家收入	結婚與否	年齡	平日休閒時數
0.20	0.04	0.10*	0.08	-0.05	-0.06	0.009

\* P < .05

## 肆、結論、討論與建議

### 一、結 論

根據本研究前述所得之結果，綜合得到結論如下：

#### (一) 休閒活動的類別

本研究以83項休閒活動做成問卷對臺北市就業者實施調查，經因素分析法分析後，發現休閒活動可以分成以下十一類：知識性活動、文藝性活動、手藝性活動、農藝性活動、棋藝性活動、娛樂性活動、社交性活動、逛街性活動、一般運動性活動、休憩性活動以及與小孩有關的活動等。

#### (二) 臺北市就業者經常參與之休閒活動

在本研究十一類活動中，根據受試者的回答統計，顯示臺北市就業者較常參與社交性、知識性、休憩性、與小孩有關之活動及逛街性休閒活動等。

#### (三) 與各類休閒活動之參與程度有關的因素

1. 本研究發現對社交性和休憩性休閒活動的參與程度較具影響力的因素是小孩數目，小孩數目愈多者其參與社交性及休憩性活動之次數愈少。
2. 在與小孩有關之活動上，影響其參與頻率最大的因素是小孩之有無。
3. 影響逛街性活動最大的因素是性別及小孩數目，女性較常從事逛街性活動，而小孩數愈多者愈少從事。
4. 對知識性活動影響較大的因素是職業種類及結婚與否，屬商業界的就業者或已婚者較少參與知識性活動。

由以上之結果可知臺北市就業者平日所從事的休閒活動，受婚姻狀況及小孩數目的影響很大。

#### (四) 與休閒活動變異性有關之因素

本研究發現不同婚姻狀況者的休閒活動變異性不同，未婚者經常參與休閒活動的項目顯著地多於已婚者，進一步說，無論是從受試者經常參與的休閒活動項目多寡，或從各類別休

閒活動之參與頻率而言，已婚者在變化量和頻率上均低於未婚者。由前面的分析中亦可以了解：不同性別與不同婚姻狀況者在休閒活動變異性上無交互作用。表示無論男性或女性，只要是已婚，其休閒活動變異性均會顯著降低。

由迴歸分析中可以了解，影響休閒活動變異性最重要的變項是假日休閒時數，假日休閒時數愈多者，其參與休閒活動的項目也愈多。

## 二、討 論

根據上述之研究發現及結論，茲分別討論如下：

1. 本研究發現休閒活動可分為十一類。茲將此分類情形與臺北市府市政建設意向調查(民72)、文崇一(民70)、黃振球(民59)、許義雄(民68)、及 McKechnie (1974) 等所做過之研究結果作一比較，試以下圖表示之：

本研究	知識性	文藝性	手藝性	農藝性	棋藝性	娛樂性	社交性	逛街性	一般運動性	休憩性	與小孩有關之活動			
北 市 政 府	知識性		技藝性	////	娛樂性		宗教及社交性	////	體育性	////	////			
文崇一	知識性		////	////	玩樂性		消遣性	社交性	運動性	////	////			
黃振球	智識性	藝術性	作業性	////	////	////	////	////	體育性	////	服務性			
許義雄	教養性		////	////	////	////	娛樂性	其他	體育性	////	////			
Mc Kechnie	知性活動		手藝性	////	////	////	緩慢性活動	////	鄰近性運動	////	////	特殊場地之運動	機械性活動	快速性活動

圖一：各研究對休閒活動分類比較略圖

在上圖中所列的其他五位研究者，除 McKechnie 外，均為國內之研究；除文崇一與



McKechnie 之外均為主觀分類法所得的休閒活動類別。就文崇一的分類結果來看，因其所列舉的休閒活動項目較少（僅29項），涵蓋的範圍較小，故而得到的休閒類別也較簡單。就 McKechnie 的分類結果而言，由於社會型態、生活方式、價值觀念以及環境設備之不同，我國甚少有人從事賽馬、賽車、伐木等活動，因此本研究中無機械性、快速性活動等類別，足證在不同文化下所得的休閒活動類別會有所差異，由此亦可以印證 McKechnie 前面所述：所列舉休閒活動範圍的不同，得到的分類結果也必有差異。

2. 將本研究發現臺北市就業者較常參加的休閒活動類別、及影響因素，與相關之研究發現相比較，我們可以發現：

(1)陳彰儀（民73）是以主觀分類的方式，將96種休閒活動分為：知識性、體育性、藝術性、作業性、服務性、休憩性及與小孩有關之活動等七類，該研究中並發現已婚之職業婦女較常從事的休閒活動類別是：休憩性、知識性及與小孩有關之活動等三類。由本研究之結果可以了解：不只是已婚的職業婦女較常從事這些活動，而是臺北市就業者平常就較常從事知識性、休憩性、社交性、逛街性及與小孩有關之活動。此結果反映出臺北市的就業者對知識的渴求較高，此種現象可能是由於臺北市乃一人文、科技聚萃之地，競爭力也相對的提高許多，爲了不落人後，或跟上時代的潮流，知識的追求是必然的後果；由最近各種管理、生活雜誌的蜂湧而出，即可略窺一、二。

除此之外，就業者從事的均爲逛街、休憩等放鬆性的活動。爲何就業者在工作之餘較常採取此種較被動、活動量小，且較消極性的活動，而不從事較主動、活動量大、或較積極性的活動呢？依作者之見，可能原因如下：

(ㄅ)較積極、活動量大的活動，如運動類，需要一些場地、設備；而臺北市的運動設備並不普遍，往往只有家住在運動場附近的人，才有較多的機會從事此種活動；另外各種旅遊地點的不足亦是原因之一。每逢假日臺北近郊的風景名勝地區均是人潮擁擠之處，不但造成交通擁擠，更因人多而造成環境髒亂，使得休閒的品質大爲降低，因此降低了人們出外旅遊的興致，只好退而求其次，在家裏或在市區逛逛街來打發時間。

(ㄆ)臺北市就業者對於休閒活動的品質還不是非常重視，或是對於休閒的功能還不太了解。休閒活動應可提供放鬆、娛樂、社會成就及自我實現等功能。要達成後二項之功能，

則參與者必須付出一些心力，投注在活動中，或者對活動本身需要事先計劃、安排，以尋求自己所渴望的目標。很可能是臺北市就業者對這些目標的達成並不是很在意，不覺得有此需要，因此其所從事的活動仍是以放鬆自我為最主要目的。

當然這些原因仍有待進一步的驗證。

進一步將已婚者及未婚者所從事的休閒活動做一比較，還可發現：未婚者在知識性、社交性及休憩性等活動的參與情形平均要高於已婚者，表示已婚者在各類休閒活動的參與程度較低，可能係因未婚者所受到的家庭牽累較少所致。

(2)文崇一(民70)發現教育程度、性別、年齡等對知識性活動的參與程度影響較大；教育程度和薪資夠用與否對社交性活動的預測力較大，但根據該研究之受試者特性，吾人可知其中約有85%的受試者均係未婚，已婚者僅佔15%，且在該研究中並未詢問受試者是否有小孩，因此其所得結果中並未發現婚姻及小孩對此二類活動之影響。在本研究中，已婚者和未婚者所佔的比例相當，且進一步探詢已婚者是否有小孩及小孩之數目，因此發現婚姻及小孩對知識性、休憩性、逛街性、社交性等休閒活動的參與程度具有較大的預測力。

(3)若以 Schmitz—Scherzer (1979) 所列影響休閒生活的三大因素——生態、社會、個人而言，本研究發現受試者較常參加的休閒活動受到社會因素——婚姻的影響很大。當一個人結婚成家之後，在下班之餘的短短時間內，因為有許多家事（包括小孩的事）必須處理，所以實在無法利用更多的時間去從事有關休閒的活動，使得已婚者在社交性、休憩性、知識性、逛街性等活動之參與程度上均較未婚者顯著偏低。因此如何安排家事，或尋找社會資源以協助家事，使自己能夠參與較多的休閒活動，可說是已婚者應該注意並努力改善的一個方向。

(4)若就職業和工作性質而言，本研究發現從事企劃研究者較常閱讀專業雜誌、參觀展覽；從事銷售工作者，較常和朋友聚會；負責行政或文書工作者則較常逛街。從 Wilensky (1960) 所提出的工作與休閒之關係——互補說、延續說而言，本研究似乎較符合延續說。企劃人員的工作與休閒性質均和吸收知識、運用知識有關；銷售人員的工作與休閒性質均是和他人發生密切關係；而行政或文書工作者的工作和休閒都屬於比較單調、較無目的、無自我表現之活動。Kornhauser (1965) 之研究結果也發現工作性質越是單調者，其休閒生活

越是趨向單調的活動。另外，Gerstl (1961) 以大學教授為受試者，發現其在閒暇時多數人均從事研讀書籍之活動。本研究與以上二者均較符合延續說。

(5)再以年齡而論，本研究發年齡對於社交性活動、休憩性活動的參與程度上具有預測力，年齡愈大者愈常參加此二類休閒活動。但在逛街性活動和知識性活動等類上，年齡則不具預測力。雖然本研究發現年齡愈大者愈常參加休閒性及社交性休閒活動，但卻無法得知年齡較低者平常較常參與何種活動。此種現象當是受本研究的樣本特質之影響，因本研究之受試者均係已就業的人，年齡大部份在25歲以上，對於年齡較輕的就業者經常參加的是何種活動則無法了解。

由迴歸分析中發現，對休閒活動變異性影響力最大的變項是假日休閒時數，但由決斷係數 ( $R^2$ ) 可知，由預測變項解釋活動變異性的百分比並不高，這表示除了假日休閒時數之外，可能還有其他更重要的變項未被納入分析。依作者之見，很可能是受試者對休閒活動品質的追求還不太重視，而是以被動的方式進行休閒活動，若能了解受試者對休閒活動的看法，也許可以解釋的較清楚些。除此之外，由迴歸分析中也發現收入的多寡對參與活動的多少無太大的影響力。在本研究的樣本中，收入較低者比收入較高者更常逛街，而在其他類的活動參與頻率，二者均無顯著差異。此結果與一般人認為「休閒是有閒有錢人的活動」不盡相同。造成此現象的原因，可能有下列幾項：

(1)很可能多數人認為打保齡球、打高爾夫球、旅遊等必需外出或準備某些特殊裝備的活動才算是休閒活動，而這些活動的確也必須花費較高的金錢，因此若要從事這些活動必會受到金錢時間的影響。但除去這些活動外，在日常生活中仍有許多活動是較不受金錢的影響，例如散步、寫作、自製日用品、打籃球、唱歌、社會服務工作等，因此若能認為這些活動也是休閒活動的一種，則休閒就不一定是有錢人的專利了。

(2)由於本研究之受試者較少從事一些需要花費較多金錢之活動，因此金錢的影響在本研究中較不明顯。

(3)由於本研究之受試者為臺北市的上班族，收入均在一萬伍仟元左右，收入的差異並不大，由此查覺不到金錢的多寡對參與休閒活動頻率的影響。但對於一些極低收入者，他們為了維持生存，也許很難撥出些許的錢來從事休閒活動；或是一些極高收入者，他們的休閒活

動類別或頻率也許會與一般上班族的人有所差異。

### 三、建 議

根據本研究之結論與討論，提出下列幾點建議：

(1)擴大樣本數目，可能的話並只針對若干行業者加以調查，如此可使各行業之人數增多，使代表性及精確程度再提高。

(2)深入探討就業者對休閒定義的看法，例如何謂休閒、休閒活動的功能為何、有何意義等，方能了解就業者對休閒的概念，及對休閒的重視程度，由此或許可以對許多休閒行為提出較佳的解釋，並可探討休閒行為與休閒概念之間的關係。

(3)進一步探討工作與休閒之關係。本研究係將受試者之工作性質及其經常參與的休閒活動作一比較，發現二者間有延續的關係。若能將工作特性、休閒活動特性等再加量化，相信必能更清楚地描述此二者之關係。

(4)繼續將本研究所得的休閒活動類別，再以多重特質評定法進行分類，以找尋一更中國化的休閒活動分類。

(5)本研究之結果顯示婚姻、子女對平時經常從事之休閒活動的參與程度有極大影響，因此家人間如何相互分工，以減低個人過重的負擔，或降低對居住環境過高的要求，以期有較多時間從事休閒活動，亦是努力的方向。

### 參 考 書 目

#### 一、中文部分

文崇一：青年工人的休閒行為及其類型。中央研究院民族學研究所集刊，第51期，民國70年，1~62。

臺北市政府：臺北市政府市政建設意向調查報告。民國72年。

黃振球：休閒活動理論與實施。國立臺灣師範大學教育學報，創刊號，民國59年，545~693。

陳彰儀：休閒活動之選擇與休閒教育。幼獅，第384期，民國73年，50~53。

許義雄、張清龍：我國職工閒暇意識及其活動傾向調查。體育學報，第一輯，民國68年，124~169。

鄭瀛川：生活型態對職業婦女工作與休閒關係的影響。

國立政治大學心理研究所碩士論文，民國73年。

#### 二、英文部分

Crandall, R., & Lewko, J., Leisure research, present and future: Who, What, Where. *Journal*

臺北市就業者之休閒狀況分析

- of Leisure Research*, 1976, 8(3); 150-159.
- Gerstl, J.E., Leisure, taste and occupational milieu. *Social Problems* 1961, 9, 56-68.
- Gist, N.P., & Fava, S.F., *Urban Society*. New York, Crowell, 1964.
- Holbrook, M.B., Representing Patterns of association among leisure activities: A comparison of two techniques. *Journal of Leisure Research*, 1980, 12, 242-256.
- Kaplan, M., *Leisure: Theory and Policy*. New York: Wiley, 1975.
- Kornhauser, A.W., *Mental Health of the Industrial Worker*. New York: Wiley, 1965.
- McKechnie, G.E., The psychological structure of leisure: Past behavior, *Journal of Leisure Research*, 1974, 6(1), 27-45.
- Schmitz-Scherzer, R., Aging and leisure. *Loisir et Société*, 1979, 2, 377-393.
- Wilensky, H.L., Work, careers, and social integration. *International Journal of Social Science* 1960, 12, 543-560.
- Chen, C.I., *A Multi-Attribute Analysis of Work-Leisure Relationship* (Doctoral dissertation, University of Tennessee, 1982).