

## 第五章 結論與建議

本研究主要目的在探討在台北市外籍學生休閒需求與休閒參與現況，分析影響休閒需求之因素以及探究休閒需求與休閒參與間之關係。研究過程歷經文獻探討、建構研究架構、提出研究假說、並以完全辦理在台北市外籍學生休閒需求與休閒參與作為研究對象實問卷調查及資料分析後，茲將研究結果及建議陳述如下，並祈能提供相關學者與單位對於休閒議題參酌之用。

### 第一節 研究結論

#### 一、台北市外籍學生休閒活動參與現況

在台北市外籍學生休閒活動參與現況方面，外籍留學生對「媒體型」休閒活動類型參與頻率最高，其次依序為「社交型」、「運動型」、「文化型」、「嗜好型」。外籍留學生最常參與之休閒活動前十項分別為「聽廣播、音樂」、「看電影、影片」、「上網、打電動」、「閱讀報章雜誌」、「與朋友聚餐」、「慢跑、散步」、「逛街購物」、「沉思、休息」、「去圖書館」、「約會」。可以看出外籍留學生平日在休閒活動參與上仍是以選擇參與較為靜態、輕鬆、不耗費太多體力的「閒逸型」休閒活動類型為主，外籍留學生在實際休閒活動的參與是偏向能滿足資訊、娛樂以及可與他人互動增加彼此情誼的休閒上。

期望與實際差距上，以文化類與運動類差距最大，表示外籍留學生在文化型休閒活動與運動型休閒活動的參與需求較無法滿足。文化類以「文化活動參與」的差距最大，運動類以「游泳」的差距最大。

## 二、台北市外籍學生休閒心理需求

外籍留學生最重視之休閒心理需求項目是「與他人互動的需求」,其次是「健康需求」。外籍留學生之休閒心理需求可能受到其在異鄉生活所影響,因此,休閒心理需求則著重在期望自己能與有他人互動、溝通上的機會。整體而言,外籍留學生各項休閒心理需求在程度上皆高。

## 三、台北市外籍學生實際與期望休閒活動差異

男性外籍學生對於運動類休閒活動的實際與期望感受程度較女性高。未婚的外籍學生對於媒體類休閒活動的實際與期望感受程度較已婚為高。

不同國籍的外籍學生在實際休閒活動參與上,印尼籍的外籍學生社交活動較為頻繁,並且對於社交活動的休閒需求也較高。韓國籍的外籍學生則對於運動類的休閒活動需求較高。日本籍的外籍學生則對於文化類的休閒需求較低。

不同宗教信仰的外籍學生在實際休閒活動參與上,信仰基督教的外籍學生參與社交活動較為頻繁。在期望休閒活動參與上,無宗教信仰的外籍學生,對於社交性以及文化性的活動需求較低,對於嗜好類的活動期望較高。而有宗教信仰的外籍學生在社交類活動的期望高於無宗教信仰的外籍學生。

## 四、台北市外籍學生休閒心理需求差異

不同國籍的外籍學生在休閒心理需求程度的認知上在「生活準備需求」及「發洩情感需求」有達顯著差異水準。

不同宗教信仰的外籍學生在「生長需求」、「生活準備需求」、「健康需求」、「自

我表現需求」、「感覺需求」有達顯著差異水準。「生活準備需求」、「健康需求」、「與他人互動需求」、「自我表現需求」等四個構面是以信仰天主教的外籍學生感受程度最高。

#### 五、台北市外籍學生休閒活動參與和休閒心理需求的關係

休閒活動參與和休閒心理需求的關係方面，休閒活動參與和心理需求的構面，除了在休閒活動參與的「實際文化」與休閒心理需求之外，皆有相關性存在其中以休閒活動參與的「期望運動」與休閒心理需求的各個構面都有相關性。

在實際運動「健康需求」與期望運動「自我表現需求」的構面相關係數較高，表示外籍學生在運動的休閒活動除了滿足身體的健康需求之外，也希望透過運動能夠表現出自我。

## 第二節 建議

一、本研究依據研究結果，提供相關建議：

(一) 休閒活動參與現況與參與期望的差距上，文化類的「文化活動參與」差距最大，表示外籍學生對於參與台灣的文化活動有極大的興趣，但是卻缺乏相關的資訊，因此建議相關單位可以提供台灣藝文活動的介紹，使外籍學生能夠瞭解到台灣的活動情況，滿足外籍學生在文化上的休閒需求。

(二) 休閒活動參與現況與參與期望的差距上，運動類以「游泳」差距最大，表示外籍學生對游泳的需求很高，但是也是缺乏相關的資訊，以本研究的抽樣對象為例，師範大學、政治大學都有游泳池的休閒場所，但是外籍學生的需求卻非常

高，因此建議學校能將游泳池的相關資訊傳達給外籍學生，提供學生游泳的休閒場所。

(三)不同國籍的外籍學生有其不同的休閒活動需求，因此建議相關單位針對不同的國籍差異，提供外籍學生不同的休閒活動，以滿足外籍學生在課業活動之外的休閒需求。

(四)不同宗教信仰的外籍學生在休閒心理需求方面有顯著差異，因此建議相關單位能與宗教團體合作，設計活動滿足外籍學生宗教的休閒心理需求。

(五)在期望運動方面與休閒心理需求各構面都呈現出相關性，因此建議相關單位可以提供體育類的活動，滿足外籍學生的休閒心理需求。

## 二、對未來研究建議：

(一)本研究之研究對象只侷限於台北市外籍學生，由於樣本來源有限，難免影響研究結果推論之有效性。因此建議擴大研究對象來源，台北市之外的外籍學生，如此將使外籍學生休閒生活之研究更具完整性。

(二)本研究僅以休閒參與及休閒心理需求，做為外籍學生休閒行為的相關變項。因此建議未來，研究可擴及探討其他休閒行為相關因素如人格特質等，使得休閒之研究更具價值。