

第壹章 緒論

本章目的在說明本研究之背景、研究動機及研究目的，分為問題背景、研究動機、研究目的與問題及名詞釋義共四節。

第一節 問題背景

本節陳述本研究進行時之大環境背景狀況，分別從國人休閒條件、休閒態度的改變與認真休閒理論的提出做社會背景狀況說明。

一、工時減少與所得增加

根據行政院主計處(2006)的統計資料顯示，我國平均每人年所得，從2001年的395,319元，逐年增加自2006年之466,834元。近年來國民平均所得不斷提升，隨著經濟發展與社會進步，工作與休閒生活型態逐漸產生變化。在生產技術進步及對休閒生活的重視下，縮短法定工作時間並使工作時間彈性化，已成為國際勞動立法趨勢。而我國為順應潮流及社會環境需要，自2001年一月一日起，將勞工的法定工作時數，由每週工作總時數不得超過48小時，縮短為每二週工作總時數不得超過84小時(行政院勞工委員會【勞委會】，2006)。加上全面實施週休二日，平均每月工時比2000年時每月190.2小時減少至每月180.6小時(勞委會，2006)，使國人可運用於休閒之時間及金錢增加。

二、休閒花費比例提升

過去國人對休閒的重視程度，從食、衣、住、行、育、樂的順序上可知，休閒僅做為打發空閒時間，或是用來放鬆心情，擺脫工作帶來的壓力。國人花在在「育樂」的消費比例從1961年的5.47%，1971年的8.14%，1981年的12.80%，1991年的16.26%，到2000年的18.95%，逐年增加，相對與花費在「食」的比例從1961年的58.74%降到民國2000年的24.64%(張耿介、陳文長，2004：61)。在工時減少與所得增加的環境下，可知國人對休閒的投資與重視程度亦逐年增加。

三、看電視為主要休閒活動

社會大眾可用於休閒的時間與金錢雖然增加，但是平日民眾所從事的休閒活動內容，仍以看電視為主，2004年時，15歲以上國民每人平均每日花2小時15分看電視居所有活動之冠，假日時又比平日來的多，其次為看報紙、雜誌或上網約39分鐘、休息放鬆31分鐘（行政院主計處，2004）。2003年之「臺閩地區國民生活狀況調查報告」中指出，國民對自己目前生活各項層面感到不滿意比例，以財務狀況的46.7%最多，其次是休閒生活的32.1%（內政部統計處，2003），可見部分民眾對於休閒生活的運用，並非十分滿意。

四、以休閒做為生命意義來源

雖然並非所有人對自己的休閒生活都能滿意，但社會上有一小群的人，全心投入休閒活動，以此做為休閒生活的中心與成就感的來源。在假日的清晨，不難發現一群群在路邊整裝待發，準備向著目的地前進的登山客及單車隊。有些人為了欣賞沿路的風景，有些為了挑戰體能的極限。這些人犧牲睡眠、放棄與家人相處的時間，在烈陽下、冒著生命危險，享受著活動的樂趣。在工作之餘喜歡與同好研究相關資訊、技術，不斷為興趣投資新裝備，熱衷投入的程度不亞於以此為業的專家們。此外在其他運動競賽、文藝活動、表演者，以及各類志工身上，不難找到一群群以休閒活動做為生命中最重要角色，從中得到生活絕大部分快樂來源的人們。

五、認真休閒理論

自從學者Stebbins (1982) 提出「認真休閒 (serious leisure)」一詞，顛覆一般人對休閒的印象，也就是休閒可以很認真，從中獲取知識或展現技能，而且同樣可以獲得滿足和愉快的感覺。如同古希臘人認為休閒不只是在打發時間、娛樂放鬆，反而需投入精神與努力，以達成提升與實現自我的目的（孫孟君，1998）。國內也相繼有研究者加入此領域的研究範疇，對此理論做相關的實證研究，並從不同的觀點加以研究，提出補充，使認真休閒這個概念逐漸為人們所熟悉。國內最早以認真休閒為主題之研究首推周秀華（2001），針對成人在認真休閒投入過程中的學習經驗，說明並肯定認真休閒與自我導向學習間的關係。洪勝全

(2002)、顏伽如(2002)，分別以台灣野台歌仔戲演員、說故事志工為研究對象，利用 Stebbins 所提出之認真休閒理論，驗證認真休閒者所具備的六項特質、參與動機與持續利益。之後陸續有研究者依據認真休閒理論，針對不同活動與觀點做相關之研究。如鄒亮瑩(2005)以認真觀光者的角度，楊原芳(2004)、黃孟立(2005)探討認真休閒與流暢經驗，梁英文(2004)研究認真休閒與場所依戀之關係，薛雅丹(2003)針對認真休閒特性與志工解說成效，鍾偉志(2005)探討認真休閒、參與動機與休閒阻礙間關係。

第二節 研究動機

在國內近年認真休閒相關的研究中，均以 Stebbins 所提出之認真休閒理論做為依據。諸位研究者在不同領域中之研究結果，亦驗證了 Stebbins 提出之認真休閒理論，然而這些研究，均是以仍持續從事認真休閒的參與者做為研究對象，並未論及是否有退出認真休閒的可能，或是從退出認真休閒者的角度進行研究。本節說明研究者為何對認真休閒的退出現象產生興趣。

一、與認真休閒之邂逅

第一次聽到認真休閒（當時是用嚴肅休閒這個名詞）的概念是在研一的休閒社會學這堂課上。17年來始終熱衷休閒活動的我，很快地將自己與認真休閒者劃上等號。本身從事認真休閒的我或許樂在其中，但身旁的親朋好友多半不能理解，為什麼要花如此多的時間在這種看似無意義的休閒活動上。尤其當投注大量時間精力於其中，排擠到其他所需扮演的角色時，總是會被標上玩物喪志、玩日愒歲之類的負面標籤。大二修習「行為改變技術」這堂課時，同學提議我將自己作對象，看是否能改變投入的態度，經過一學期的測試，最終還是失敗。原因是沒有辦法找到一種增強物，能超越認真休閒所帶來的愉悅感。然而令人納悶的是，認真休閒參與者是否有退出的可能？以及認真休閒者是如何退出的？

二、認真休閒退出之可能因素

以認真休閒者本身的角度來看，認真休閒能帶給參與者充實感、愉悅感，又能展現或獲取知識技能，豐富生活。然而在高度參與、強烈依附在參與活動的情形下，是否會因此壓縮其他休閒生活角色所需時間，造成角色衝突而阻礙認真休閒的情況？Goff、Fick 與 Oppliger (1997) 針對慢跑認真休閒者的配偶做為對象，研究配偶支持與休閒阻礙間關係，發現配偶的支持能減少衝突。Stebbins (2001:15) 指出這種配偶間因為參與認真休閒導致的緊張 (tensions) 算是參與認真休閒的一種代價 (cost)。雖然會降低參與意願，但認真休閒者從活動中也能獲得有形無形的各式報酬，在自我衡量下，仍舊會持續參與認真休閒，透過找出可

行的替代方案，例如透過溝通、協調或是改變活動的方式將阻礙降到最低。可見認真休閒者在遭遇阻礙時，並不是那麼容易就退出，否則也不會成為認真休閒者。

截至目前為止並沒有相關研究針對認真休閒是否可能產生退出的現象。然而在 Stebbins (1992b) 的研究中提到，在問到受訪者未來的計畫時，有位受訪者已在退出的邊緣 (verge of quitting)，她對此合唱團的品質不再抱持幻想，而另一位受訪者則表示在 75 歲時很快會從此活動退休。Stebbins 將這兩位受訪者視為例外 (exception)，並未持續追蹤探討是否有退出的可能。由此可知，退出認真休閒亦是有可能發生的。因此本研究從 Stebbins (1992a) 所提出認真休閒理論中分析退出認真休閒的可能性，並透過實際訪談，找出退出認真休閒的原因。期能將認真休閒理論的視野，從認真休閒者的參與行為，進一步擴大至認真休閒者的退出，使後續認真休閒理論研究的範圍更加寬廣。

第三節 研究目的與問題

基於上述研究背景與動機，本研究先針對認真休閒理論中是否會有退出的現象作分析，再從實際個案驗證並找出退出的因素為何。研究目的與問題分述如下：

一、研究目的

研究目的分為以下兩點：

- (一) 分析認真休閒者退出的可能性。
- (二) 分析認真休閒者退出之因素。

二、研究問題

針對以上研究目的，本研究問題分述如下：

- (一) 在 Stebbins 的認真休閒理論架構下，如何會產生退出的現象？
- (二) 認真休閒參與者退出的因素為何？

第四節 名詞釋義

因應本研究之需要，將研究中所用到之相關重要名詞分述如下：

一、認真休閒

「認真休閒」一詞由英文「serious leisure」翻譯而來，此名詞最早由Stebbins (1982) 提出。Stebbins (1992a: 3, 2001: 3) 對認真休閒所下的定義中含有非常投入、持續參與、內容充實、有趣等意涵。國內文獻 (洪勝全, 2002; 顏伽如, 2002; 吳芳儀, 2004; 李力昌, 2005: 116) 從參與者投入的態度上譯作「認真休閒」、「嚴肅休閒」。從參與活動的內容與能獲取、展現知識技能的觀點 (周秀華, 2001; 黃孟立, 2005; 薛雅丹, 2003), 也譯做「深度休閒」。為了避免浪費不必要的時間, Stebbins 在訪談初會以「是否覺得參與活動的時間不足, 想要更多的時間參與」與「是否為休閒生活重心」兩項著重在投入程度的指標, 做為檢驗是否為認真休閒參與者的依據。因此本研究採取「認真」一詞, 做為「serious」的翻譯。認真休閒係指工作時間以外參與的活動中, 優先度 (priority) 最高, 且參與者從其中獲得生活主要樂趣 (central life interest) (Stebbins, 1992a: 3), 不斷獲取及展現知識技能的持續性活動。

二、認真休閒參與者

本研究所指之認真休閒參與者指, 符合Stebbins (1992a: 3) 所提出認真休閒定義與六項認真休閒者特質之活動參與者。

三、退出因素

本研究中之「退出」, 指原為某類認真休閒參與者, 但目前休閒生活重心 (優先度) 已轉移至其他非認真休閒活動, 且自認不會再以此活動作為休閒生活重心之前認真休閒者。退出因素係造成認真休閒者退出之原因。