

國立臺灣師範大學運動與休閒學院

運動休閒與餐旅管理研究所

碩士學位論文

臺北市地政士休閒參與、休閒阻礙與休閒無聊感
之研究



研究生：彭秀梅

指導教授：朱文增

中華民國 104 年 6 月

中華民國臺北市

臺北市地政士休閒參與、休閒阻礙與休閒無聊感之研究

2015 年 6 月

研究生：彭秀梅

指導教授：朱文增

中文摘要

本研究主要在於瞭解臺北市地政士的休閒參與、休閒阻礙與休閒無聊感情形，並探討不同人口背景變項在休閒參與、休閒阻礙與休閒無聊感之差異情形，以及休閒參與、休閒阻礙與休閒無聊感之間的關係情形。本研究之對象為臺北市地政士職業工會成員中目前仍獨立開業或受人雇用之地政士，採問卷調查法，以隨機抽樣方式發放問卷瞭解受試者的休閒參與現況，自 2015 年 2 月 1 日至 2015 年 2 月 28 日進行預試、自 2015 年 3 月 1 日至 4 月 30 日進行正式施測，結果發現：一、臺北市地政士較喜愛參與靜態休閒活動。二、男性地政士較女性同業更為投入休閒活動，並且高中（職）學歷地政士與研究所以上學歷地政士相比，在休閒參與上更為投入，健行受到年長者的喜愛。三、教育程度及每月收入會影響休閒阻礙的感知程度。四、不同人口背景變項，在休閒無聊感未達顯著差異。五、休閒參與與休閒阻礙及休閒無聊感無顯著相關；休閒阻礙與休閒無聊感則具有中度至低度相關。本研究建議：一、臺北市地政士地政士應多元化的參與休閒活動。二、臺北市地政士公會能夠定期舉辦活動以提高地政士之休閒參與意願。三、增加高中（職）學歷之地政士之休閒知識及資訊取得方法。四、降低地政士之休閒無聊感。並對後續研究提出建議：一、以不同的研究方法來進行臺北地政士的相關研究。二、增加研究範圍與研究對象。三、增加研究變項如不同的社會因素變項。

關鍵詞：地政士、休閒參與、休閒阻礙、休閒無聊感

A Study of Leisure Participation, Leisure Constraints, and Leisure Boredom of Land Administration Agents in Taipei City

June, 2015

Abstract

Author: Peng, Hsiu-Mei

Advisor: Chu, Wen-Tseng

This research is mainly to understand the situation of leisure participation, leisure constraints, and leisure boredom of land administration agents in Taipei city; to explore the difference among different demographic context variables of leisure participation, leisure constraints, and leisure boredom; and the relationship among leisure participation, leisure constraints, and leisure boredom. The object of this research are the members of the land administration agents who are independent or employed. The research is done through random distribution of questionnaire to understand the leisure participation of the subject. Pretest was done from February 1, 2015 to February 28, 2015. Formal test was done from March 1, 2015 to April 30, 2015. The result shows that: 1. The land administration agents prefer static leisure activities. 2. Male land administration agents are more into leisure activities than the female counterpart. Furthermore, graduate school agents are more involved in leisure activities than high school (vocational school) graduates thus garnering the love of the elderly. 3. Educational background and monthly income influence the degree of leisure constraints. 4. Different demographic context variables does not show any difference in leisure boredom. 5. There is no obvious relationship among leisure participation, leisure constraints, and leisure boredom; there is a very small relationship between leisure constraint and leisure boredom. The research suggests: 1. Land administration agents in Taipei City should be involved in diverse leisure activities. 2. Land administration agents' union should regularly hosts activities to increase leisure participation of agents. 3. Increase the knowledge and collection of information for the high school (vocational) graduates. 4. Lower the leisure boredom of land administration agents. Suggestion for further research: 1. Use different methods to research on related studies on land administration agents in Taipei City. 2. Increase the scope of research and object. 3. Increase the research variables such as the different social factors.

Keywords: Leisure Participation, Leisure Constraints, Leisure Boredom, Land

Administration Agents

目次

口試委員與所長簽字論文通過簽名表.....	i
論文授權書.....	ii
中文摘要.....	iii
英文摘要.....	iv
謝誌.....	v
目次.....	vi
表次.....	ix
圖次.....	xi
第壹章 緒論.....	1
第一節 研究背景與動機.....	1
第二節 研究目的.....	2
第三節 研究問題.....	3
第四節 研究範圍與限制.....	3
第五節 名詞操作性定義.....	4
第貳章 文獻探討.....	5
第一節 地政士的沿革與現況.....	5
第二節 休閒參與理論與相關研究.....	12
第三節 休閒阻礙理論與相關研究.....	22
第四節 休閒無聊感理論與相關研究.....	29

第五節 本章總結.....	34
第參章 研究方法.....	35
第一節 研究架構.....	35
第二節 研究步驟與流程.....	36
第三節 研究對象與抽樣設計.....	37
第四節 研究工具.....	37
第五節 預試分析.....	42
第六節 資料處理與分析.....	48
第肆章 結果與討論.....	50
第一節 描述性統計分析.....	50
第二節 人口背景變項在休閒參與之差異分析.....	59
第三節 人口背景變項在休閒阻礙之差異分析.....	72
第四節 人口背景變項在休閒無聊感之差異分析.....	78
第五節 休閒參與、休閒阻礙、休閒無聊感之關係情形.....	80
第伍章 結論與建議.....	84
第一節 結論.....	84
第二節 建議.....	86
引用文獻.....	89

附錄	97
附錄一 調查問卷 (預試)	97
附錄二 調查問卷 (正式)	101
附錄三 相關文獻之研究架構	105
附錄四 地政士相關執照	109



表 次

表 1 歷年專門職業及技術人員特種考試土地登記專業代理人考試及專門職業及技術人員普通考試地報考、到考、及格人數暨及格率統計表.....	7
表 2 全國地政士開業概況-持有證照的數量.....	9
表 3 全國地政士開業概況-按性別及年齡別分.....	10
表 4 國內學者休閒參與研究構面比較表.....	21
表 5 問卷設計表—人口背景變項.....	38
表 6 問卷設計表—休閒阻礙.....	39
表 7 問卷設計表—衡量休閒無聊感的題項.....	41
表 8 休閒阻礙項目分析結果摘要表.....	43
表 9 休閒阻礙信度分析表.....	45
表 10 休閒無聊感項目分析結果摘要表.....	46
表 11 休閒無聊感項目分析結果摘要表修正後.....	47
表 12 人口背景變項摘要表.....	51
表 13 休閒參與摘要表.....	54
表 14 國內學者休閒參與研究比較表.....	55
表 15 休閒阻礙因素分析表.....	56
表 16 休閒無聊感摘要表.....	58
表 17 性別對休閒參與 t 檢定分析摘要表.....	59
表 18 年齡對休閒參與 ANOVA 分析摘要表.....	60
表 19 婚姻狀況對休閒參與 t 檢定分析摘要表.....	63
表 20 教育程度對休閒參與 ANOVA 分析摘要表.....	65
表 21 地政士年資對休閒參與 ANOVA 分析摘要表.....	66
表 22 個人每月收入對休閒參與 ANOVA 分析摘要表.....	69
表 23 性別對休閒阻礙 t 檢定分析摘要表.....	72

表 24	年齡對休閒阻礙 ANOVA 分析摘要表	73
表 25	婚姻狀況對休閒阻礙 <i>t</i> 檢定分析摘要表	74
表 26	教育程度對休閒阻礙 ANOVA 分析摘要表	75
表 27	地政士年資對休閒阻礙 ANOVA 分析摘要表	76
表 28	個人每月收入對休閒阻礙 ANOVA 分析摘要表	77
表 29	性別對休閒無聊感 <i>t</i> 檢定分析摘要表	78
表 30	年齡對休閒無聊感 ANOVA 分析摘要表	78
表 31	婚姻狀況對休閒無聊感 <i>t</i> 檢定分析摘要表	79
表 32	教育程度對休閒無聊感 ANOVA 分析摘要表	79
表 33	地政士年資對休閒無聊感 ANOVA 分析摘要表	79
表 34	個人每月收入對休閒無聊感 ANOVA 分析摘要表	80
表 35	休閒參與及休閒阻礙之相關分析表	80
表 36	休閒參與及休閒無聊感之相關分析表	82
表 37	休閒阻礙及休閒無聊感之相關分析表	83

圖次

圖 1	個人內在阻礙	26
圖 2	人際間阻礙	26
圖 3	結構性阻礙	26
圖 4	休閒阻礙因素間的階層模式	27
圖 5	休閒阻礙因素間的相互作用模式	27
圖 6	休閒阻礙與動機因素間的平衡模式	28
圖 7	研究架構圖	35
圖 8	研究流程圖	36



第壹章 緒論

本章共分成五節：第一節闡述研究背景與動機，第二節說明研究目的，第三節提出研究問題，第四節界定研究範圍及限制，第五節為本研究的名詞操作性定義。

第一節 研究背景與動機

自週休二日實施後，地政士的非工作時間增加，看似休閒時間理當隨之增漲；然而因時代變遷房地產市場不斷變化、法律條文日日更新資料龐雜，地政士須因應環境變革不斷自我惕勵進修，相對壓縮個人閒暇時間，龐大的壓力亦影響身心健康與生活品質。社會普遍認為適當的休閒活動可以放鬆心情、抒發個人壓力、排解負面情緒、維繫人際關係、提升生活品質、增加生活滿意度與自我肯定；對個人對社會助益甚大。

地政士的工作絕大多數都和政府公務部門或銀行息息相關，在休假的天數與確定性上較一般勞工明確，也少有其他服務業颱風來襲大家都放假、獨獨他有甘冒風雨出門上班的困擾，在休閒活動的安排上看似較其他行業容易。

然而，因地政士經手的業務往往是民眾積其一生努力方才購得之不動產，稍一不慎即影響甚鉅，故勞心又勞力不敢鬆懈，工作壓力極大。等到放假時往往有閒暇無閒情，不一定想有效應用時間參與休閒，反而只想悶坐家中閒躺半日與家人相聚，對任何休閒通常提不起勁。此外，地政士有大量文書工作，案牘勞頓，需長時間使用電腦，久坐辦公桌造成身體肌肉缺乏適度伸展，也往往對需要肌力的動態活動有心無力，體能上無法負荷。加之工作內容牽涉大量法律條文，又需要跟上社會演變與法律條文的更新自我進修，經年累月下來對於深度閱讀亦容易感到煩躁厭倦，影響地政士休閒參與的休閒阻礙與休閒無聊感實在是盤根錯節互為影響。影響個人休閒參與的內外因素很多，也很複雜，這種種因素肇始人們在想從事休閒活動與實際上真正參與休閒活動之間造成落差，例如距離、時間、休閒場地的缺乏、或是法律限制等（許建民，1999）。

有識之士皆認為，不動產市場之穩定與地政士之專業有密不可分之關係。隨著學術界對休閒參與的研究日亦深入廣泛，學者大都認為休閒生活的滿意度越高當事人生活

態度與生活品質越朝正面方向發展，並有助於增加其自我肯定、維繫並發展穩定的人際關係提升工作效益，並調劑、紓解個人壓力（趙善如，1995）；健康良好的休閒活動可以使個人擁有更為良好的身心狀態。亦即健康良好的休閒參與能引導地政士在工作上、社會上與客戶互動上發揮正向力量。地政士以處理攸關社會大眾身家財產的不動產為業，其休閒狀態自是值得深入研究探討之課題。

休閒活動有助於個人身體的舒暢和安全、情緒穩定和個人成長。因此要提升地政士對個人生活的滿意度與工作水準，研究瞭解地政士普遍的休閒參與、休閒阻礙與休閒無聊感實為現代社會刻不容緩的議題，也能補足國內有關地政士這一職業類別在休閒參與、休閒阻礙與休閒無聊感之研究上的不足。休閒阻礙對休閒參與或休閒滿意度的影響和重要性，研究者期望能深入凸顯此一問題的嚴重性，並提供相關人等就此做有效且妥善之規劃，以提升個人休閒參與之參與意願及完成度，有效消弭休閒阻礙之產生。

研究者本身即為地政士資深從業人員，就個人經歷來說對於地政士可能遇見之各項壓力與困境實在是身歷其境難以釋懷，期能從實務與學術研究著手，就各個不同層面深入了解，從各方面協助地政士們樂於參與並享受休閒活動，使個人及其家庭生活更美滿充實，以提升其對生活及工作的滿意度；為研究者努力的方向。因此，本研究進一步瞭解臺北市地政士的休閒參與、休閒阻礙與休閒無聊感情形，並探討不同人口背景變項在休閒參與、休閒阻礙與休閒無聊感之差異情形，以及休閒參與、休閒阻礙與休閒無聊感之間的關係情形。

第二節 研究目的

依據以上研究背景與動機，本研究針對臺北市地政士，導引出以下三點研究目的：

- 一、瞭解臺北市地政士人口背景變項、休閒參與、休閒阻礙、休閒無聊感之現況。
- 二、比較臺北市地政士不同人口背景變項在休閒參與、休閒阻礙、休閒無聊感之差異情形。
- 三、探討休閒參與、休閒阻礙、休閒無聊感之關係情形。

第三節 研究問題

依據以上研究目的，本研究發展出以下三點研究問題：

- 一、臺北市地政士人口背景變項、休閒參與、休閒阻礙、休閒無聊感之現況為何？
- 二、臺北市地政士不同人口背景變項在休閒參與、休閒阻礙、休閒無聊感之差異情形為何？
- 三、休閒參與、休閒阻礙、休閒無聊感之關係情形為何？

第四節 研究範圍與限制

本研究的範圍與限制分別如下：

一、研究範圍

- (一) 時間範圍：本研究於 2015 年 2 月 1 日至 2015 年 4 月 30 日進行問卷調查，包括預試及正式施測：
 1. 預試：2015 年 2 月 1 日至 2 月 28 日。
 2. 正式施測：2015 年 3 月 1 日至 4 月 30 日。
- (二) 地理範圍：本研究於全臺北市六間地政事務所（即中山、士林、建成、古亭、大安、松山，共管轄臺北市十二個行政區域，如中山地政事務所轄區範圍包含中山區及內湖區）及臺北市地政士公會專業訓練講習會進行隨機問卷發放。
- (三) 對象範圍：針對於臺北市地政士職業工會成員中目前仍獨立開業或受人僱用者進行調查。

二、研究限制

- (一) 對象限制：本研究僅針對於臺北市執業的地政士或受人僱用者進行調查，若欲推論至其他地區地政士，需考量其適切性。
- (二) 地理限制：本研究之間卷發放範圍主要為臺北市中山、士林、建成、古亭、大安、松山地政事務所。
- (三) 時間限制：本研究係就橫斷面的調查資料進行分析，無法以縱貫面的方式針對

研究對象進行長期調查。

第五節 名詞操作性定義

本研究使用的特定名詞共有休閒參與、休閒阻礙、休閒無聊感等三項，各名詞於本研究的操作性定義分述如下：

一、休閒參與

Ragheb 與 Griffith (1982) 定義休閒參與為個體參與某種活動的頻率或參與一般休閒活動之類型。本研究則指地政士在最近一年內平均每週所參與的休閒活動項目及次數，並以 Ragheb(1980)的休閒活動分類為基礎，產生適合臺北市地政士休閒現況的休閒項目。

二、休閒阻礙

Crawford 與 Godbey (1987) 定義休閒阻礙為個人主觀知覺不喜歡或無法投入參與休閒活動的原因。本研究採用 Raymore, Godbey, Crawford, & Von Eye (1993)的研究，定義為以不同形式存在於個體休閒參與和決策過程中的所有影響因素，並分為個人內在阻礙、人際間阻礙及結構性阻礙三類，以李克特 5 等量表進行測量，分別給予 5、4、3、2、1 的分數，分數越高表示休閒阻礙的程度越高。

三、休閒無聊感

Iso-Ahola 與 Weissinger (1987) 將休閒無聊感定義為休閒無聊感是一種個體主觀的知覺感受，係個體在休閒活動中無法經驗到充分的需求滿足，無法獲得適當覺醒的主觀感受、當個體感受到休閒無聊時，將伴隨著負面的情感與認知，知覺休閒參與不足、涉入程度不夠，以及沒有興奮、變化與新奇的感受。本研究採用 Iso-Ahola 與 Weissinger (1987)所設計的開放性問題的質性研究結果，編製成休閒無聊感量表 (Leisure Boredom Scale, LBS)。定義為地政士在休閒活動中無法獲得愉悅體驗，以及沒有興奮、變化與新奇的感受，以李克特 5 等量表進行測量，分別給予 5、4、3、2、1 的分數，分數越高表示休閒無聊感的程度越高。

第貳章 文獻探討

本章共分成五節，第一節介紹地政士的沿革與現況，第二節探討休閒參與理論與相關研究，第三節探討休閒阻礙理論與相關研究，第四節探討休閒無聊感理論與相關研究，第五節本章總結。

第一節 地政士的沿革與現況

許多人並不明瞭何謂「地政士」，其實就是一般人慣稱的「土地代書」。2001年10月4日經立法院三讀通過，同年10月24日公布後6個月，即2002年4月24日起施行「地政士法」，以往的「代書」正名為「地政士」（全國法規資料庫，2014a）。藉由「地政士法」的實施，更能提升不動產的交易安全，保障人民財產權益。

一、地政士的歷史演進歷程

（一）日治時代的司法書士

司法書士係以1872年日本所制定「司法職務定制」法律為根據，該法提及的「證書人」、「代書人」、「代言人」等詞，即是後來「公證人」、「司法代書人」、「辯護士」的前身。

日治時代的代書人，須獲管轄廳許可，且無重大犯罪事證，主要工作是接受他人委託，以代寫文書為業。由此可知，日治時期的代書業務，亦非專門從事不動產買賣人員（吳俊瑩，2007）。

（二）臺灣光復後的代書人

1946年官方首次將「土地」與「代書」在名稱上結合，形成「土地代書」名稱。「代書」一詞意義始從代寫文書人員，成為不動產買賣承辦人員。為提升土地代書人素質，1952年臺灣省政府公布「臺灣省土地代書人管理規則」，由各縣市政府舉辦考試，以確定土地代書人是否具備專業能力，考試及格者發給土地代書人登記合格證書，代書人始得掛牌執業。惟政府僅於1954、1956、1958、1960年共舉辦四次考試後，則不再舉行考試。1960年為止，獲

得合格證書的土地代書人，約有 1,200 人。

雖然政府確立了土地代書人證書制度，但其後仍有部分不法的土地代書人勾結地政事務所承辦人員，以及稅捐處稅務員，向須從事買賣、繼承不動產等案件的民眾趁機敲詐索取紅包。此風氣嚴重影響政府聲譽，迫使內政部於 1968 年，以過多代書人員從事不法勾當影響國家秩序為由，頒行台 57 內字第 0470 號令，廢除土地代書制度。此後的土地代書業者，不再受政府管理。坊間無照代書業者林立，上述問題依舊無法獲得解決。

(三) 土地登記專業代理人

1981 年，依據土地法 37 條之 1 授權，內政部頒布「土地登記專業代理人管理辦法」，將「土地代書」更名為「土地登記專業代理人」，土地代書制度從此成為歷史名詞。礙於多年未舉辦考試要求從事代書業者，但街坊間「土地登記專業代理人」招牌卻日益增多，政府相關單位為了管理方便，要求「土地登記專業代理人」須於 1981 年 6 月到 1982 年 2 月，半年期間內向事務所所在地直轄市或縣市主管機關登記，領取「代理他人申辦土地登記案件專業人員登記卡」，始得執業（魏家弘，1995）。

1989 年，內政部修正土地法第 37 條之 1，規定代書從業人員須符合下列任一資格，始得執業：第一、之前有向政府登記，領有「代理他人申辦土地登記案件專業人員登記卡」的代書業者；第二、過去曾透過考試或檢覈方式合格，取得證照者。1991 年，內政部核發上述符合資格之代書業者—土地專業代理人證書，並規定從事代書業者，須向各縣市申請開業執照。不符以上資格但欲從事土地專業代理人者，得參加同年考試院舉辦的考試及檢覈，通過者成為土地專業代理人（全國法規資料庫，2014b）。

(四) 地政士

由於土地登記專業代理人係屬專門職業，因此土地登記專業代理人公會、土地登記專業代理人全國聯合會，積極介入並提出「地政士法草案」，經

過不斷地研討與修正後，於 2001 年 10 月 4 日經立法院三讀通過，同年 10 月 24 日公布後六個月，即 2002 年 4 月 24 日起施行。地政士法施行後，更奠定地政士之社經地位，日後在 2014 年 2 月 5 日修法使得此法對地政士更具有約束力，讓社會大眾對地政士更有信賴感。

二、地政士從業人員資格

地政士替民眾處理有關不動產事務，所經手承辦的土地、房屋往往是民眾一輩子的身家積累，所以不僅在道德上不能有瑕疵，對專業能力的要求也很高。一般說來，地政士從業人員必須是身家清白、無前科紀錄者；在學歷方面，必須是公立或私立高級中等或高級職業以上學校畢業，領有畢業證書，或是經高等或普通檢定考試合格者；另依據專門職業及技術人員普通考試地政士考試規則，如果於 1989 年 12 月 29 日前已經從業者亦有資格應試。專業考試科目包含土地法規、土地稅法規、土地登記實務、民法概要與信託法、國文，合格後始得從事地政士工作。近年來報考、到考與及格人數統計如表 1。

表 1

歷年專門職業及技術人員特種考試土地登記專業代理人考試及專門職業及技術人員普通考試地報考、到考、及格人數暨及格率統計表

類科	年別	報考人數	到考人數	及格人數	及格率(%)
土地登記專業代理人	1991	18,187	12,805	1,347	10.52
	1992	13,483	9,149	1,636	17.88
	1993	15,059	10,464	937	8.95
	1994 第 1 次	19,000	13,396	1,317	9.83
	1994 第 2 次	16,353	8,667	1,790	20.65
	1995	13,021	8,051	2,459	30.54
	1996	11,977	7,709	1,541	19.99
	1997	10,035	6,493	1,034	15.92
	1998	8,200	4,976	877	17.62
	1999	6,586	3,914	680	17.37

(續下頁)

表 1

歷年專門職業及技術人員特種考試土地登記專業代理人考試及專門職業及技術人員普通考試地報考、到考、及格人數暨及格率統計表 (續)

類科	年別	報考人數	到考人數	及格人數	及格率(%)
土地登記專業代理人	2001	4,757	2,681	476	17.75
	2002	3,580	1,798	75	4.17
	2003	4,298	1,723	212	12.30
	2004	4,128	2,097	219	10.44
	2005	4,630	2,174	113	5.20
	2006	5,026	2,281	135	5.92
	2007	4,537	2,284	209	9.15
地政士	2008	4,363	2,328	121	5.20
	2009	4,975	2,741	176	6.42
	2010	6,401	3,356	231	6.88
	2011	6,498	3,420	221	6.46
	2012	6,101	3,258	320	9.82
	2013	6,607	3,627	195	5.38
	2014	7,183	3,768	273	7.25

資料來源：本研究者參考中華民國考選部資料整理。http://www.moex.gov.tw/

註：1.1995 年地政士錄取率偏高，達 30.54%，係因次年政府規定地政士須有證書才能申請執業，也為讓已在執業的地政士能繼續執業，因而放寬錄取標準。

2.2002 年錄取率偏低，係因證照考試方式改變，錄取不易，造成最終錄取率僅 4.17%。

地政士考取之後應檢具申請書及資格證明文件，向直轄市或縣(市)主管機關申請登記，並領得地政士開業執照，始得執業。開業執照有效期限為 4 年，期滿前，地政士應檢附其於 4 年內在中央主管機關認可之機關(構)、學校、團體完成專業訓練 30 個小時以上或與專業訓練相當之證明文件，向直轄市或縣(市)主管機關辦理換發開業執照。屆期未換照者，應備具申請書，並檢附最近 4 年內完成專業訓練 30 個小時以上或與專業訓練相當之證明文件，依前條規定，重新申領開業執照。按照內政部的統計截至 2013 年底，全國開業地政士為 11,337 人，男性比例為 57.01%，女性比例為 42.99%。地政士開業之相關統計請參考表 2 與表 3。

表 2

全國地政士開業概況-持有證照的數量

項目		數量	同時具有地政士證書者
地 政 士	地政士證書	27,108 人	
	地政士開業執照	10,864 人	
	登記助理員	6,292 人	
不動產經紀人證書		10,503 人	3,294 人
受僱之不動產經紀人		8,373 人	2,558 人
不動產經紀營業員證明有效人數		155,255 人	1,546 人
受僱之不動產經紀營業員		39,444 人	444 人
地政士專業訓練單位		26 家	
不動產經紀人專業訓練單位		50 家	
不動產經紀營業員專業訓練單位		72 家	

資料來源：本研究者參考內政部地政司（中）不動產交易科資料整理。<http://www.land.moi.gov.tw/chhtml/>

註：由表中資料可統計出，擁有地政士證書者，人數達 34,860 人，但實際開業者僅 10,864 人，尚不足三分之一，意味者經營地政士相關工作相當不易，即便已考取證照者，亦多不願進入此業。

表 3

全國地政士開業概況-按性別及年齡別分類

年底別及年齡別	總計	男性	比例 (%)	女性	比例 (%)
2006 年底	11,341	6,467	57.02	4,874	42.98
2007 年底	11,596	6,617	57.06	4,979	42.94
2008 年底	11,679	6,674	57.15	5,005	42.85
2009 年底	11,806	6,742	57.11	5,064	42.89
2010 年底	11,207	6,384	56.96	4,823	43.04
2011 年底	11,352	6,482	57.10	4,870	42.90
2012 年底	11,477	6,543	57.01	4,934	42.99
2013 年底	11,337	6,465	57.02	4,872	42.98
未滿 20 歲	-	-	-	-	-
20 歲-29 歲	130(1.13%)	67	51.54	63	48.46
30 歲-39 歲	1,001(8.72%)	483	48.25	518	51.75
40 歲-49 歲	3,589(31.27%)	1,956	54.50	1,633	45.50
50 歲-59 歲	4,222(36.79%)	2,178	51.59	2,044	48.41
60 歲以上	2,535(22.09%)	1,859	73.33	676	26.67

資料來源：本研究者參考各直轄市、縣（市）政府等資料。<http://www.president.gov.tw/>

註：1. 年齡別資料係按各年底之實際歲數統計。

2. 臺北市地政士公會統計 2014 年為止臺北市執業人數為 1,838 人。

三、地政士從業人員工作狀況及待遇

蔡尚正 (1979) 提出地政士的特點：

(一) 工作入門不易

剛考上證照的地政士因為實務經驗不足，多從地政士助理做起，協助主辦代書處理內外勤工作，內勤包含電腦文書處理，聯繫客戶等工作，外勤如

向稅捐稽徵處報稅、領稅單、查欠，再向地政事務所送件、領件。整個案件處理過程極為繁雜瑣碎，造成入門新人怯步。

(二) 工作時間長

因為要配合客戶簽約的時間，常常不分上下班之時間或假日都是造成工作時間過長的原因。每日工時往往超過 12 小時。

(三) 工作地點不定

簽約地點必須遷就客戶，客戶指定的地點，即便不適合簽約，為使案件成交，地政士仍然要忍受不便，前去客戶指定的地點簽約。常常騎摩托車南北奔波，相當勞苦。

(四) 收入不穩定

收入是按件計酬，視案件數量，決定收入多寡。建案戶數多，收入愈高；反之，整個月未有進帳也非稀奇之事。收入的不穩定，常常是壓力的來源。

從個人經驗來說，筆者早年也是先尋找代書事務所累積經驗，兩年後自己出來開業，景況最好的時候底下員工近達十位。單以收入來說，自己開業當然收入較高，但在初期沒有客戶時財務會很吃緊。但不可諱言的，高風險必然伴隨著高報酬，舉例來說，同樣一個月處理 20 件買賣簽約，自己開業的利潤可高達約 30 萬元，但若當員工處理同樣業務量的話，薪資加獎金約 5、6 萬元。是否要自己開業端賴自己考量。

關於一般於房屋仲介服務之地政士的薪資福利，以信義房屋代書為例，儲備期間前 6 個月保障月薪 40,000 元，正式人員則採獎金制，資料上顯示：底薪含全勤 25,000 元+個人獎金 1~2 萬元不等+每月團體獎金 2,000 元左右+加班費（時薪約 130~250 元，視加班情況，一個月 5,000~20,000 元都有可能）。

綜上所述，從業務上來看，地政士之工作負擔大，從工時來說，地政士一天中超過 12 小時的時間皆要等候 (on call)，所以工作量也大，按大部分地政士的同業所說，工作量及工作壓力時常造成他們的身體出問題。

四、小結

產權的移轉攸關民眾一輩子的積蓄，政府對不動產的買賣流程有嚴謹的規範，地政士須熟稔政府法規和流程，才能使不動產買賣順利成交，故地政士須具備相當的專業能力和經驗，方足以應付工作需求。再者，地政士收入多寡主要依賴案件數量，須有一定人脈、穩定客源，方能維持生計；在客源不穩定的情況下，對收入的不確定感往往導致巨大的心理壓力。隨著現代房地產仲介業的發展，房仲業往往會和其他地政士合作，壓縮到單獨開業的地政士事務所客源。凡此種種，皆對地政士從業人員身心產生巨大壓力。筆者從過去文獻及自身的實務經驗，了解新人要從事這個行業有一定的困難度，加以上述壓力下，一般從事地政士的同仁，極需有適當管道紓發情緒。然而地政士行業的特質卻有工時長、工作時間不確定、工作地點常常轉換的特性，比起其他行業更容易遇到休閒阻礙。有關地政士休閒情況的相關研究在國內往往付之闕如，故須加以研究，以提出解決之道。

第二節 休閒參與理論與相關研究

時代一直往前邁進，醫療與科技不斷進步，生產率降低、生活質量提升、平均壽命提高使得社會逐漸高齡化；通信技術快速電子化、運輸產能量化使得國與國的界線模糊化，世界趨近於一個地球村，人與人的關係卻益發冷漠疏離。因著時空背景與人際關係的變化，專家學者們所著重的特點也不同，為了認識休閒的基本概念，且對休閒參與有更深入的了解，本節將分四個部分逐一說明：一、休閒定義，二、休閒參與的理論，三、休閒參與的類型，四、休閒參與的相關研究。

一、休閒意義

(一) 休閒的文化背景

現代英文中「休閒」(Leisure)一詞語源，來自拉丁文中 Licere 一詞，意即「被允許」(to be permitted)。換言之，即是不受強制的自由狀態(翁宗慶，2008)；現代法文 Loisir 一詞和英文 License 相近，亦指被允許的自由時間。社

會科學百科全書中提出，Leisure 一詞是源於希臘文的 Schole，是工作 (Business) 的反義詞，Schole 一詞日後更進一步發展為英文中的 School。由此可知，休閒在西方觀念中，實有教育和深刻的人文意義 (謝政諭，1989)。中文字源上，對於「休」一詞由來，「卜辭」作：「人依木，會意」，意指人在過度疲勞時，倚靠樹木以恢復氣力，漢代許慎在說文解字注亦採同樣看法。「閒」字通「閑」，清代段玉裁注解「說文解字」中曾說明道：「閒」字是由「門」與「月」組合而成，指「隙也，從門月，門開而月入，門有縫，則月光可入」 (高樹藩，2003) 所以「閒」有放鬆、自在之意 (呂建政，1994)。

(二) 休閒在現代社會的評價

休閒的意涵和型態，會隨著文化背景有所不同。從「人依木」、「月入門」等概念可知，東方對休閒一詞認知，接近「天人合一」概念，人需與自然融合，才能真正放鬆；相較於東方，西方對休閒的概念，更強調教育和啟蒙意義。但無論如何，兩邊都強調：休閒是一種免於謀生的時間，以休息、教育、運動、藝術等行為，提升心靈的活動 (孫謹杓，2006)。

休閒在不同的時空下，評價也會有所不同，對休閒活動影響最大的歷史事件首推工業革命，工業革命以機器取代人力，人類休息時間較諸古代有明顯提升；機械化的工作環境亦使人們難以從工作中滿足自我實現需求，使得人們將工作情感移轉至休閒 (羅明訓，1999)。Brightbill (1960) 年對休閒提出定義：不被占據的時間內，各人可依自己的喜好，隨意從事休閒、娛樂、遊戲或是其他有益身心活動。

受到工業革命的影響，東方學者亦有類似看法。張春興 (1983) 認為「自由時間內，可任意擺脫職業上有目的的活動，不做任何事，也可隨心所欲，自定目標從事其他活動」。許義雄 (1980) 認為，休息意謂著從拘束性生活中取得非拘束的時間。李明宗 (1988) 認為，休閒指的是「自由時間」 (free time) 或「可自由分配」的時間 (discretionary time)，此段時間內，人可不受制於外

界加諸在身上的義務。

由此可知，現代對休閒的看法是：1.可自由支配的時間。2.解除工作和責任的時間。3.滿足心靈活動的時間。

(三) 休閒的心理狀態

從休閒的基本字源可知，休閒的心理概念，是一種理念上的自由狀態 (an ideal state of freedom) 和精神啟蒙 (spiritual enlightenment)，也就是從休閒活動中體會自在、放鬆、舒暢、淡雅的心情 (Kando, 1980)。Godbey (1985) 則認為休閒是某種生活情境，在此情境中幾乎不受文化上或實際上的外在強制力所逼迫。休閒時，在心態上會感受到自由，此心態也是作為一個人的基本要件 (Grazia, 1962)。

以心理狀態而言，休閒是：1.處在愉快的心靈狀態下。2.休閒強調的情緒，而非動作。3.休閒時，人可依自由意志做出選擇，不受外在環境拘束。

二、休閒參與的理論

Nash (1953) 提出參與層級模式，再由 Godbey (1994) 依據這模式所提出的理論，把休閒參與的價值分出層級「0 以下」是接近危害社會的參與，「0」是危害自身的參與，「1」是旁觀的參與，「2」是情緒的參與，「3」是積極的參與，「4」為創作的參與。

(一) 危害自身參與及危害社會參與的原因，最常見現象是吸毒、酗酒、飆車、閱覽色情書刊或色情影音資料等。參與危害性的休閒活動，大多數是出現在暴力或親子疏離缺乏關愛的家庭裡，因為親人缺乏何謂正確休閒的認知，導致孩子在選擇休閒活動的時候，無法引導正當的休閒活動，而造成休閒行為的偏差現象。

(二) 旁觀者的參與乃是指被動式的參與多數人的休閒活動，這是一種從眾行為，並非依個人需要或興趣，而是配合式的依從眾人或僅只是打發無聊；此類活動被動消極，毫無價值意義，最常見的現象就是無目的性的看電視、聽廣播、

遊蕩閒晃、做白日夢，來排解多餘的時間。

- (三) 情緒參與是指當參與某些休閒活動的時候，會勾起某些以往參與活動時深受影響的經驗，觸發內心共鳴。此類參與重在自我感覺，但不一定實際參與此項活動。例如曾是一位網球運動參與者，當觀賞溫布頓網球錦標賽時，個人情緒會隨著比賽過程與球員表現起伏，並與之共鳴，還可能從比賽球員身上找到了自我價值和肯定，而且期待自己和參與球員能夠成為生命共同體。
- (四) 積極參與是指參與此類活動時能為個人帶來愉悅心情，參與者不但有主動的熱忱，積極的參與態度和無限的活力，即使是初步學習者，或者僅具備些微基礎，仍然能在過程中保持一貫高昂的學習精神，並不因難易度或挫折而間斷參與，並能從參與體驗的過程中獲得絕對的滿足感。
- (五) 創作的參與是指個體藉由經驗與專業知識，不斷從自我學習、個人經驗情感、智慧與悟性，甚至是客觀的材質上，不斷發想獲得創作靈感，例如發明家、文學藝術創作家，科學家等。

三、休閒參與的類型

休閒參與活動種類很多，專家學者們在休閒的領域中，對休閒活動實證研究時，為了研究及統計上的方便，將具有共同類型的活動加以整理歸納，把休閒活動的分類使用三種方法：（一）主觀分類法 (subjective categorization)；二、因素分析法 (factor analysis)；三、多元尺度評定法 (multidimensional scaling)（張少熙，1994；黃立賢，1996；連婷治，1998；劉佩佩，1999；吳文銘，2001；孫謹杓，2006）。因素分析法及多元尺度評定法，可藉電腦的運用整合，將資料歸納為有意義的分析。休閒參與的類型，因研究對象的不同，在分類上會有所不同，茲詳述於如下。

（一）主觀分類法

研究者依個人主觀的看法及判斷，對休閒活動加以分類及命名。分類時依研究者所需活動類型來分類，較能符合研究主題，因分類受個人主觀判斷，故分類較不客觀。各研究對休閒活動的主觀分類，考量原則性為主，其歸納

結果。

(二) 因素分析法

以統計的方法，將休閒活動進行分類最主要的目的，是考驗量表的建構效度，將休閒活動類型分配到不同的因素而命名，如依照活動參與的行為模式、程度或頻率、參與次數等，再依代表因素中所包括的活動項目的特徵命名(陳冠惠，2003)。此方法為研究者最普遍使用，在休閒類型分類上是較具客觀，但缺點依舊無法將各休閒類型的特徵整合，因此造成各類型間關係的不明確，其歸納結果。本研究於進行預試後，將採用因素分析法，進一步將休閒活動予以分類。

(三) 多元尺度評定法

此方法主要把休閒活動兩兩相配，形成多組相對的休閒活動，由受試者依據自己的知覺從最相似到最不相似加以評定，然後分出其相似類型。以多元尺度評定法所分類的結果較簡單，一般分為二、三類型，因此可以清楚地了解每一類型休閒活動特性，且各類型之間的關係很清楚(陳冠惠，2003)。且此法採取兩兩相對，有 N 個休閒活動對有 $N(N+1)/2$ 種配對，因此可以分析的休閒活動相當有限，一般來說不會超過 12 個活動項目。Brent (1975) 所提出的休閒參與類型，即依據此法的配對方式編製其休閒內容，例如，主動-被動性、個人-團體性、心智-非心智性、戶內-戶外。

四、休閒參與的相關研究

Ragheb (1980) 研究休閒參與、休閒滿意度及休閒態度，以 383 位美國青少年為對象，研究結果指出，休閒參與的決定因素是休閒態度、年齡及性別，將休閒參與活動區分為六個型態，分別為「大眾媒體」、「文化活動」、「運動類活動」、「社交活動」、「戶外活動」、「嗜好活動」。在大眾媒體方面是以看電視、看電影、看報紙或雜誌等。運動方面則可區分為體適能活動如游泳、團體運動如足球、個人運動如高爾夫、雙人運動如網球。社交方面則是以探訪朋友、招待朋友、約會、參加聚會、

社交、跳舞、室內遊戲聚會等。文化方面則是以參加音樂會、參加芭蕾舞、音樂、歌劇、舞蹈、參觀藝術博物館、參加戲劇等。戶外活動方面則是以野餐、釣魚、打獵、園藝、徒步旅行、划船、露營等。個人嗜好方面則是以雕刻、繪畫、收集、縫紉、製陶、攝影 (王梅香, 2003; 孫謹杓, 2006)。

高俊雄 (1999) 認為衡量個體的休閒參與法有兩類：一是自由時間運用 (free time use or time budget)，一是休閒活動參與頻率 (leisure activity participation frequency)。自由時間運用乃將一個人在一天中分成數個單位時間，將每一個時段從事的活動加以紀錄。參與頻率法為將一個人在某段時間參與某一種活動的頻率，以數字或描述差異，如很少參與、經常參與等方式表達。一般休閒活動的實證研究過程分析，常將休閒活動類型加以整理及歸納，將具有相同相似屬性的休閒活動加以歸類成一體，分成數個具代表性的類型，再加以分析探討。陳南琦 (2000) 亦將休閒參與研究方法分為兩類，第一類以參與活動頻率的多寡來探討，運用因素分析 (factor analysis)、集群分析 (cluster analysis) 等統計方式將活動項目歸類。第二類則以時間運用探討參與活動時所花費的時間及在什麼時間參與活動。前行政院體委會針對國民參與休閒運動調查顯示，國人經常參與之休閒運動項目中，以「戶外活動」最受國人所青睞，其次依序為保齡球、登山、游泳、籃球、羽球、網球、桌球、自行車、高爾夫等。較不受國人歡迎之後五項休閒運動項目為騎術、柔道、划船、韻律操、排球等 (中華民國體育學會, 2000)。

周慶和 (2006) 以 264 位臺北市公立國小、國中、高中 (職) 學校人事人員為對象，探討休閒參與是否有顯著差異及休閒參與與休閒阻礙之相關情形，其結果顯示學校人事人員最常參與的休閒活動前三項依序為看報紙、聽音樂廣播、打電腦、上網等靜態活動，並且休閒參與與休閒阻礙呈正相關，但並不顯著。

關勝方 (2011) 以 255 位臺中市刑事警察為對象，探討刑事警察的休閒運動參與現況及休閒運動阻礙因素，結果發現：臺中市刑警最常參與的休閒運動為跑步、爬山等，屬於戶外有氧運動。29 歲以下較年輕者更多參與較激烈且有競爭性質之

運動，但司職分隊長之階層受阻礙程度最高。不過休閒運動參與及休閒運動阻礙間僅有低度相關，可見普遍資深的刑警對阻礙之影響能夠取得平衡。

簡新添 (2013) 探討 485 位臺北市天母古道登山健行者的休閒參與行為，結果發現：休閒參與行為以「與同伴前往」居多，且以「公共運具或步行」為主要交通方式，所需交通時間以「一小時內」比例最高，多數「每週參與不到 1 次」，活動時段以「上午 8~11 點」最多並以「假日」為主，活動時數多在「1~2 小時」。

賴家慶 (2011) 探討 377 位長榮航空國籍空服員的休閒參與情形，結果發現為：空服員在休閒參與類型中，以「視聽活動」的參與程度最高，以「文化活動」的參與程度最低。

張澤君 (2011) 探討 370 位臺北市高中職軍訓教官之休閒參與情形及不同背景變項在休閒參與之差異情形，結果發現：在休閒參與類型上，以「視聽活動」類的休閒活動平均數最高 ($M=4.06$)，其次為「戶外活動」類 ($M=3.45$)，「其它嗜好活動」類 ($M=2.93$) 則為最低。性別、階級及子女數則對於休閒參與各類型有顯著相關。

林明芳 (2011) 探討 216 位精神科護理人員之工作壓力、休閒因應策略、休閒參與及身心健康之情形者間之關係，結果發現：休閒因應策略對休閒參與有正向顯著影響；休閒參與對於身心健康有顯著正向影響。

鄭明興 (2011) 則針對 126 位移民署國境事務大隊南部勤務區的移民官為研究對象，發現個人社經背景與休閒參與有顯著差異。另楊馥如 (2011) 探討 480 新北市國小教師休閒參與現況及不同背景變項之教師在休閒參與之差異情形，結果發現：新北市國小教師之休閒參與為中等程度，休閒參與現況受性別、婚姻及子女狀況影響而有所差異。

林芯榆 (2012) 探討 334 位未婚熟齡女性的休閒參與現況，結果發現：未婚熟齡女性之休閒參與類型可分為知藝性、消遣性、閒逸性、運動性、居家性以及社交性，其中知藝性、消遣性為未婚熟齡女性休閒參與的關鍵因素。未婚熟齡女性會因

其年齡、教育程度、職業類別、月薪所得及是否有固定交往對象之不同，而有不同的休閒參與。洪春昇 (2012) 探討 421 位嘉義縣警察局局本部及所屬六個分局警察人員休閒參與之情形，結果發現：不同性別、婚姻狀態、年齡、子女數、官階、年資、教育背景的警察人員在休閒活動參與有顯著差異。

呂淑菁 (2013) 以 346 位高雄市一般智能資優資源班高年級學生為對象，探討其休閒活動參與類型、休閒阻礙及休閒無聊感之現況，結果發現：國小一般智能資賦優異學生在休閒活動參與程度不高，休閒參與頻率較高者為「運動性」休閒活動，較少參與的則是「戶外遊憩性」休閒活動。性別、就讀年級、父母管教方式、課業負擔及可支配零用錢均會影響其休閒活動參與類型。

詹惠吟 (2014) 探討有進修經驗之職場女性對第二專長之偏好現況，結果發現：職場女性偏好之第二專長前三名為：語言學習類型，中餐烹調、烘焙食品等類型與在職專班、學分班、社區大學班等類型。不同的背景條件因素，會影響職場女性偏好之第二專長類型。

體育委員會運動城市調查 (2011) 之運動分類為基礎，含八類：

(一) 球類運動：籃球、羽球、棒球、桌球、排球、網球、壘球、高爾夫球、保齡球、撞球、足球、躲避球、槌球、手球、板球、橄欖球、壁球、曲棍球、柔力球、巧固球。

(二) 戶外運動：散步、騎單車、爬山、慢跑、健走、釣魚、賽車、田徑、射箭、飛盤、溯溪、飛行傘、騎馬、射擊、極限運動。

(三) 水上活動：游泳、潛水、衝浪、划船、滑水、輕艇、風帆船、獨木舟、風浪板、跳水、水上摩托車、泛舟。

(四) 養身運動：氣功、太極拳、國術、防身術、內外丹功、跆拳道、香功、易經操、五行操、法輪功、柔道、拳擊、合氣道、空手道、劍道、西洋劍、禪功、相撲、回春操、摔角。

(五) 伸展運動：伸展操、瑜珈、有氧舞蹈、國標舞、韻律舞、街舞、元極舞、

體操、肚皮舞、芭蕾舞、拉丁舞、皮拉提斯、爵士舞、扇子舞、踢踏舞、土風舞。

(六) 健身房運動：上健身房使用器材、在家使用健身器材

(七) 室內運動：Wii/跳舞機、仰臥起坐、伏地挺身、跳繩、搖呼拉圈、爬樓梯、扯鈴、交互蹲跳

(八) 戶外休閒：園藝、拉單槓、溜冰、直排輪、滑板、漆彈、公園/社區運動器材、拔河、放風箏、雙槓

國內休閒參與研究論文如表 4 所示，由列表得知從 Ragheb (1980) 以美國青少年為對象所做的休閒參與研究以來，以大眾媒體(視聽活動)、文化活動、運動類活動、社交活動、戶外活動、個人嗜好六大分類，為休閒活動主要分類方式。逐漸受到國內學者地採用。故本研究也採用此休閒活動分類為基礎。



表 4

國內學者休閒參與研究構面比較表

研究者(年分) 研究對象	楊國隆 ¹ (2006)	施必成 ² (2006)	周慶和 ³ (2006)	許豐祺 ⁴ (2007)	賴家慶 ⁵ (2011)
構面	高中女學生	臺北郵局員工	臺北市公立 學校人事人員	精神科醫師	空服員
大眾媒體	3.24(1)	3.01(1)	3.05(1)	4.34(1)	4.47(1)
文化活動	2.76(2)	2.13(4)	2.86(2)	3.24(2)	2.23(6)
運動活動	2.07(5)	2.00(6)	--	2.61(6)	2.64(4)
社交活動	2.45(3)	2.71(2)	2.72(3)	3.09(4)	3.28(2)
戶外活動	2.07(5)	2.14(3)	2.16(5)	2.86(5)	2.81(3)
個人嗜好	2.22(4)	2.10(5)	2.33(4)	3.12(3)	2.49(5)

註：1. 採用李克特5點量表，由受試者根據自己過去一年來，實際參與休閒活動的程度，計分方式以「不曾參與」、「很少參與」、「有時參與」、「較常參與」、「經常參與」，分別給予1、2、3、4、5分的給分方式。2. 採用李克特5點量表，由5分至1分分別為常常參加：平均每月10次以上參加該項休閒活動，較常參加：平均每月6次至9次參加該項休閒活動，有時參加：平均每月3次至5次參加該項休閒活動，很少參加：平均每月2次以下參加該項休閒活動，不曾參加：表示從未參加過該項休閒活動。3. 採用李克特5點量表，由受試者根據自己過去一年內實際參與休閒活動的程度，計分方式以「不曾參與」、「很少參與」、「有時參與」、「較常參與」、「經常參與」，分別給予1、2、3、4、5分的給分方式。4. 詢問受訪者對於每一項活動的「實際參與頻率」之情形，且分別依「每天至少1次」、「每週至少1~2次」、「每月至少1~2次」、「每年至少1~2次」、「從未參與」等之勾選作答，並採用李克特 (Likert) 5點量表尺度作為評分基礎，依序給予5至1分。5. 並由受試者根據自己過去一年內實際參與休閒活動的頻率，分別給予1~5分，其分別為「沒做過」、「每年1~3次」、「每月1~3次」、「每週1~3次」、「每週4次以上」，受試者在所有休閒活動項目所得的分數越高，則表示受試者傾向參與該活動的休閒頻率越高。

資料來源：本研究自行整理

第三節 休閒阻礙理論與相關研究

不同文化養成、社經環境與成長背景對休閒參與皆有其不同認知與定義；同樣的不同年齡或性別在休閒參與動機、個人偏好、活動類型及影響因素上亦大相逕庭。例如青壯年喜歡參與的休閒活動較動態、耗費體力較多、場所較喧鬧吵雜、與住家距離較遠；舉凡運動、登山攀岩、舞蹈、健身等。而老年人則因其體力消退、身體機能退化，從身體的體能來看阻礙就比較多一些，大多選擇住家附近不費體力的靜態休閒或強度較低的運動；例如閱讀、散步、養花蒔草、看電視等休閒活動（張俊一、許建民，2012）。當然除了體能以外還有許多方面也可能成為阻礙，以下分為三個部分來對阻礙做說明：一、休閒阻礙的定義與內涵；二、休閒阻礙的因素；三、休閒阻礙的模式。

一、休閒阻礙的定義與內涵

依韋氏字典定義，barrier 指的是：由於心理或生理上特性，阻礙個人或群體自由往來。中文可翻譯為：限制、阻礙、障礙、阻斷、妨礙、柵欄等詞。Constraint 一詞，可解釋為在受抑制狀態下，所採用、避免的一些行為，中文可翻譯為壓抑、壓制、受限制、受束縛（吳佳玲，2003）。李枝樺（2004）則認為：「barrier」是假設：個人雖然對某些休閒活動感興趣，但受到外在因素影響，阻礙了個人參與；至於「constraint」，則是強調個人的休閒偏好與休閒參與當中的變數，假設休閒偏好、休閒阻礙、休閒參與間存在一種關係，換言之，個人的休閒偏好是可以克服環境阻礙的（李枝樺，2004）。

個人從事休閒活動的興趣與參與熱忱，往往受到外界因素影響，倘若某個因素限制或拘束個人休閒參與並影響其參與意願，就可將其稱之為阻礙（constraints）（Raymore, Godbey, Crawford, & Von Eye, 1993）。有關休閒阻礙的研究，可回溯至上世紀，然而有系統、有架構的休閒阻礙研究則始自 1970 年代（Jackson, 2000），並將休閒阻礙定義為個體無法參與休閒活動的各項原因。

一般而言，早期休閒阻礙被假定為介入個人偏好與參與之間的變數；然而某些

休閒阻礙研究並無理論依據，並將休閒偏好、阻礙和參與間簡化為僅有單一的關係與結果，並不考慮其他後果或可能。簡單說當個人有其偏好時，一旦阻礙介入，其結果一定是不參與；假使沒有阻礙存在，個人就能也必定會參與其中 (Crawford & Godbey, 1987)。往後學者 Crawford, Jackson, & Godbey(1991) 則指出個體面臨休閒阻礙時不一定會消極地拒絕或放棄參與休閒活動，而是透過協商 (negotiation) 後繼續或開始參與休閒活動；此一概念被學者 Jackson, Crawford, 與 Godbey (1993) 引用與研究，並陸續提出兩項有關休閒阻礙的觀點：協商 (negotiation) 與平衡 (balance)。所謂協商係指休閒參與可能是休閒阻礙協商之後成功的結果，阻礙未必會導致放棄，亦可能於阻礙後經由協商或改變策略成功克服該項阻礙，以增加參與機會達成休閒之目的 (Scott, 1991)。

有學者認為休閒阻礙係指抑制個體休閒活動參與次數或降低參與者感官愉悅的種種因素 (張少熙, 1994)。在相關研究項目中，亦有其他研究者涵蓋到這個層面，並將休閒阻礙區分為狹義休閒阻礙及廣義休閒阻礙兩種。狹義的休閒阻礙係指人們傾向參與某項休閒活動時，因一項 (或一項以上) 的阻礙影響，例如某因素所帶來的挫折失落，使參與者無法在休閒活動中獲得滿意或自我肯定的個人體驗，並且因此阻礙的介入與影響，進而阻撓個體不能進行 (或繼續進行) 此項活動的機會或意願；廣義的休閒阻礙則將介於有無此一休閒阻礙的知覺感受，到能或不能參與此一活動之一切原因，皆劃入休閒阻礙範疇 (楊宏志, 1989)。

二、休閒阻礙的因素

依研究的目的與對象不同，休閒阻礙也會產生差異：Francken 與 van Raaij (1981) 首先分類休閒阻礙，他們將休閒阻礙分為「外在阻礙」及內在阻礙。所謂的「外在阻礙」是：缺乏時間、金錢、地點及設備。「內在阻礙」則是：個人能力、知識程度和個人興趣等。另一組學者 Crawford 與 Godbey (1987) 則是以個體的自我偏好為依據，將阻礙個體參與休閒的因素分為 3 類：

(一) 個體內在阻礙 (intrapersonal constraints)：個體的內在心理狀態，如壓力、

憂慮、失落、信仰等，影響到休閒參與度，或是休閒偏好。

(二) 人際阻礙 (interpersonal constraints)：個體受到人格特質，或是人際關係所影響，得不到適宜、足夠的同伴，如婚姻、家庭、和同伴價值觀、和同伴的時間配合，因此影響了休閒參與。

(三) 結構性阻礙 (structural constraints)：指影響個體休閒參與或休閒偏好的外在因素，例如個人的生活圈、經濟收入、資源設備、天候狀況、體能、職業等。

由於休閒活動多在閒暇時進行，個體可自由選擇，因此，結構性阻礙相對於另外兩項因素，更易因個人高度偏好被排除。而影響個體的休閒阻礙，可能是上述因素其中之一，甚至包含的 3 項。

Edington, Compton, 與 Hanson (1980) 將休閒阻礙分為 9 類：

(一) 態度的阻礙：個體不注重休閒，認為休閒活動僅屬於特殊階級。

(二) 知覺的阻礙：個體在遭到拒絕、或是失敗後，在真實生活中或是想像中排斥休閒活動。這種阻礙也會出現在少數民族，甚至在肢體障礙者的身上。

(三) 訊息的阻礙：偏鄉地區受限於資源不足，較缺乏發展休閒活動的機會；都會區住民則相反，可能會因選擇過多，接受訊息過多，反而變成休閒障礙。

(四) 消費的阻礙：屬暫時性障礙。

(五) 社會文化的阻礙：少數民族或是女性，在從事休閒活動時，受社會或是父權主義者排斥。

(六) 經濟的阻礙：休閒活動一般都要花費金錢，若無一定經濟基礎者往往難以為，對經濟匱乏者而言尤為明顯。

(七) 健康的阻礙：指的是因傷殘疾病，改變個人生活形態，而無法克服的阻礙。

(八) 經驗的阻礙：有些人會因缺乏經驗，自信或技巧不足，避免參加休閒活動。

(九) 建築的阻礙：缺乏無障礙空間，這是肢障礙人士難以跨過的阻礙。

張少熙 (1994) 在做青少年休閒活動的研究，其結果發現，青少年的身心發展漸趨成熟，學習經驗機會也會逐漸增加，但是青少年個人的成長與社會的期望有所

差異。主要因素可分為 8 種類型：(一) 依序為工作或者課業繁重。(二) 父母也缺乏支持的態度。(三) 陪伴的時間缺乏或餘暇不同。(四) 缺乏充足的經費。(五) 不同的個人特質或個性。(六) 沒有足夠的休閒場地及設施。(七) 對於輔導單位及指導老師的資源缺乏。(八) 對休閒活動觀念瞭解不深。

Alexandris 與 Carroll (1997) 用的方式為家庭調查，對希臘人民的休閒阻礙進行研究，將個人內在、人際及結構性阻礙等三項阻礙因素發展到 7 項，分別為個人心理、缺乏興趣、缺乏知識、缺少夥伴、設備/服務、可接近性/財務及時間。

Alexandris, Kouthouris, Funk, 與 Chatzigianni (2008) 以希臘滑雪愛好者為研究對象，研究滑雪愛好者的休閒阻礙與涉入程度的關係，將 Alexandris 與 Carroll (1997) 的 7 項休閒阻礙因素，調整為個人心理、缺少夥伴、可接近性/財務、時間及滑雪經驗等 5 項因素。

三、休閒阻礙的模式

在 Crawford 與 Godbey (1987) 的研究架構中，提出 3 種休閒阻礙分類和定義，把「偏好—參與」兩個主題加入在阻礙中的運作模式，說明阻礙、偏好及參與之間的影響，如果個人的偏好或阻礙消失時，將會參與休閒活動，相反則不會參與休閒活動。3 種阻礙的特性分述如下：

(一) 個人內在阻礙 (Intrapersonal Constraints)

當個人對活動的偏好還沒形成以前，個人內在阻礙就會影響偏好的形成，關係到個人心理狀態與態度，間接的影響到參與，詳圖 1 所示。

(二) 人際間阻礙 (Interpersonal Constraints)

當個人對活動已經產生偏好時，人際間阻礙會同時影響個人的偏好，也同時會影響下一步的參與，詳圖 2 所示。

(三) 結構性阻礙 (Structural Constraints)

當個人對活動已經產生偏好時，結構性阻礙則成為一個中間變項，介於偏好與參與之間的關係，詳圖 3 所示。



圖 1 個人內在阻礙

資料來源：翻譯整理自 Reconceptualizing barriers to family leisure, Crawford, D., & Godbey, G., 1987, *Leisure Sciences*, 9, 123-124.

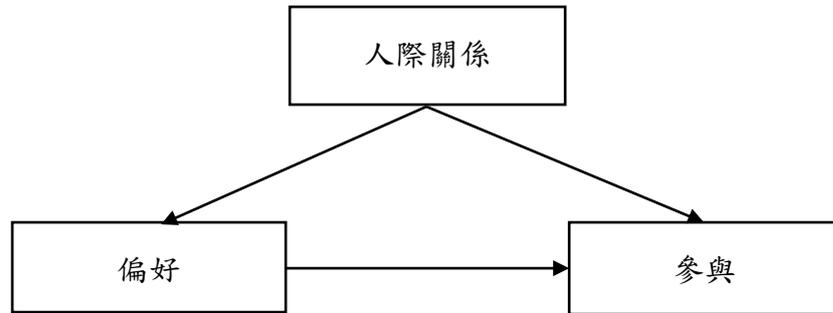


圖 2 人際間阻礙

資料來源：翻譯整理自 Reconceptualizing barriers to family leisure, Crawford, D., & Godbey, G., 1987, *Leisure Sciences*, 9, 123-124.

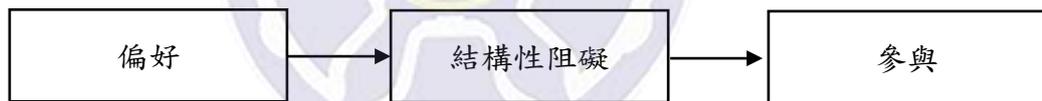


圖 3 結構性阻礙

資料來源：翻譯整理自 Reconceptualizing barriers to family leisure, Crawford, D., & Godbey, G., 1987, *Leisure Sciences*, 9, 123-124.

Crawford, Jackson, 與 Godbey (1991) 以 Crawford 與 Godbey (1987) 提出 3 種休閒阻礙型態分別為個人阻礙、人際間阻礙與結構性阻礙，而且修正並演繹認為所發展的休閒阻礙模式具有階層性 (Hierarchical)，在休閒阻礙上也存在階層關係。該模式顯示，3 種阻礙類型按照順序的排列，個人必須以階層的方式依序經過且克服不同類型的阻礙後，才能參與某一項休閒活動。換句話說，個人如果依序經過且克服結構性阻礙就可能參與休閒活動，反之則未參與。受到很多學者都認同階層性的休閒阻礙模式 (黃章展，2002)。以圖 4 說明 3 種休閒阻礙階層的關係。

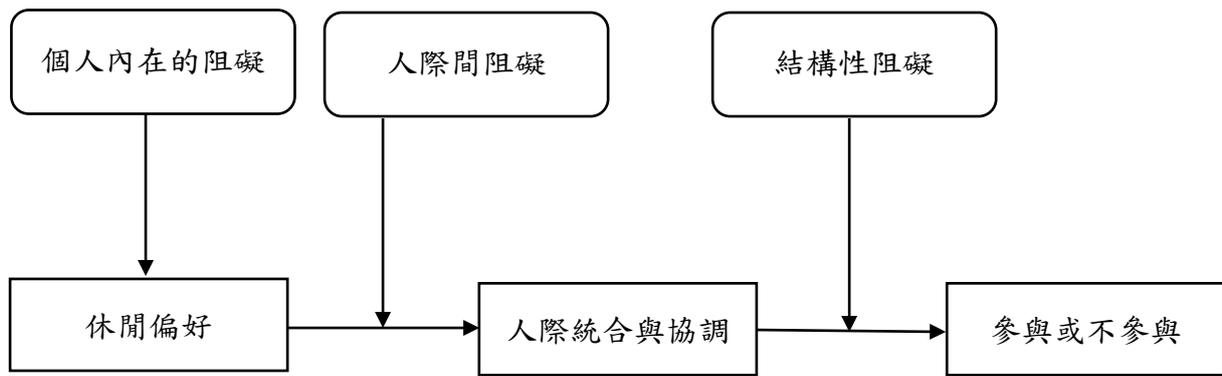


圖 4 休閒阻礙因素間的階層模式

資料來源：翻譯整理自 A hierarchical model of leisure constraints, Crawford, D., Jackson, E. & Godbey, G., 1991, *Leisure Sciences*, 13, 313.

Jackson 等 (1993) 在建構休閒阻礙模式基礎上提出兩個新概念，分別為協商 (negotiation) 與平衡 (balance)。協商概念指的是個體行為的決策是否從事某項休閒，並非建立在個體完全克服各種阻礙後，才能參與的假設上，而是個體將會進行調整在各種阻礙因素之間。在協商過程中已經被克服的阻礙，有可能會再透過反饋 (feedback loop) 的形式，再次的產生 (已克服或未知覺到) 阻礙，如圖 5 所示。藉由一個情境來闡述此概念，居住在佛羅里達的居民想參加高山滑雪活動 (已通過個人內在阻礙，並對於滑雪活動產生偏好)，但發現當地的氣候與地形條件皆不適宜進行該項活動，同時費用上也無法支付 (上述均屬於結構性礙)。

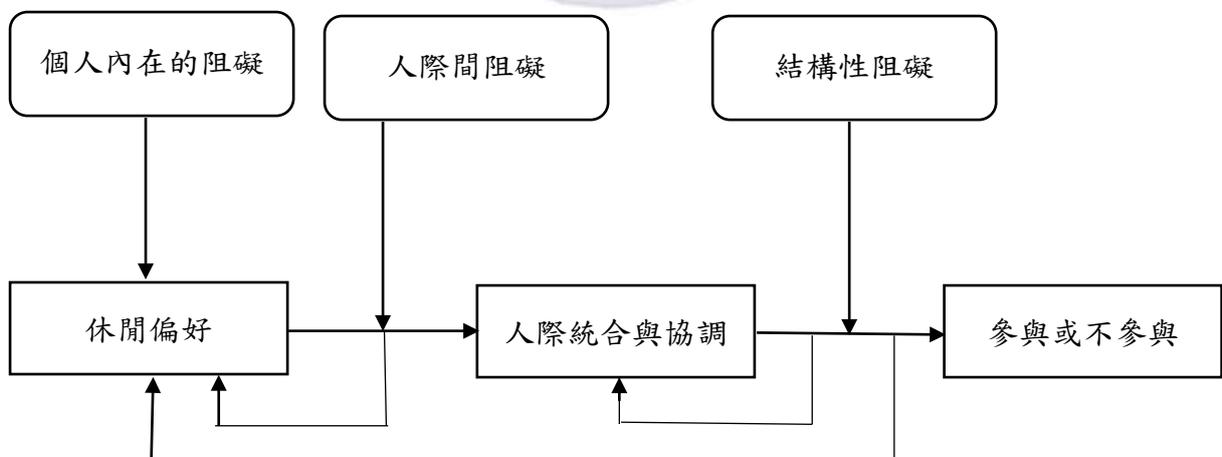


圖 5 休閒阻礙因素間的相互作用模式

資料來源：翻譯整理自 Negotiation of leisure constraints, Jackson, E. L., Crawford, D. W., & Godbey, G., 1993, *Leisure Sciences*, 15, 7.

Jackson 等 (1993) 進一步說明協商的過程，對於活動阻礙和參與動機之間有關的互動與強度，意即平衡概念是指協商的結果，就是各種阻礙與動機因素互相影響的結果。如圖 6 所示。

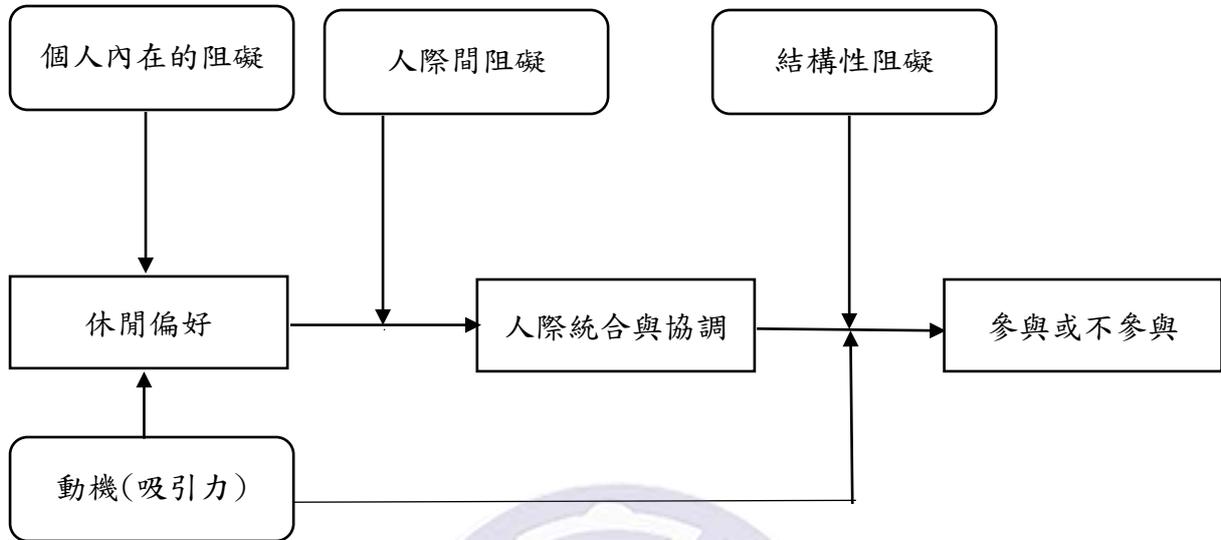


圖 6 休閒阻礙與動機因素間的平衡模式

資料來源：翻譯整理自 Negotiation of leisure constraints, Jackson, E. L., Crawford, D. W., & Godbey, G., 1993, *Leisure Sciences*, 15, 9.

四、休閒阻礙的相關研究

陳南琦 (2000) 以臺北市五所國中、兩所高中及兩所高職 800 位學生為對象，探討青少年之休閒無聊感與休閒阻礙、休閒參與行為及休閒滿意度間之關係，結果發現：青少年之「個人內在阻礙」、「人際阻礙」、「結構性阻礙」與休閒無聊感有正相關存在。

陳靖宜 (2004) 以桃園地區國民中學 391 位教師為對象，探討不同教師休閒阻礙、休閒滿意度與休閒無聊感之關係，結果發現性別對休閒阻礙有顯著差異，在個人內在阻礙男性大於女性，在結構性阻礙女性大於男性。而年齡、年資、教育程度對休閒阻礙均無顯著差異。

關勝方 (2011) 以 255 位臺中市刑事警察為對象，探討刑事警察的休閒運動參與現況及休閒運動阻礙因素，結果發現：臺中市刑警參與運動的阻礙是受到時間、

場地環境等結構性阻礙影響最劇烈。休閒運動參與及休閒運動阻礙間僅有低度相關。

董治國 (2012) 探討內政部入出國及移民署外事專勤人員休閒阻礙因素，針對 23 位專勤事務第一大隊專勤人員進行質性訪談，結果發現外事專勤人員最常從事的休閒活動是看電視、散步、逛街購物以及與同事朋友聚餐。主要的個人內在阻礙是因工作壓力而導致沒有心情參與休閒活動；人際間阻礙主要是因工作輪班導致作息與家人及朋友不同，因而無法與其他人共同參與休閒活動；結構性阻礙主要是沒有時間與金錢參與休閒活動。

邢慧芬 (2013) 針對臺北地區某醫學中心淡水院區 285 位全職護理人員進行研究，探討護理人員之休閒參與、休閒阻礙與身心健康之情形，結果發現：不同背景變項之護理人員在休閒參與、休閒阻礙均有顯著差異，無子女者之休閒參與程度較高；年輕、資淺、基層護理師、月固定制輪班、住宿舍者所感受到之休閒阻礙較高。排班、沒有時間、缺乏體力等三大因素則是造成護理人員參與休閒最大的阻礙。

林思誼 (2013) 探討網球運動的休閒阻礙，對象為 506 位大臺北地區之網球運動參與者及未參與者，問卷題項係參考 Raymore 等人 (1993) 發展之休閒阻礙量表及相關討論結果，結果發現：網球運動休閒阻礙的人際間阻礙最高、其次為結構性阻礙、再其次為個人內在阻礙。不同的人口背景變項在網球運動休閒阻礙上呈現顯著差異。參與者與未參與者在網球運動休閒阻礙上具顯著差異。

第四節 休閒無聊感理論與相關研究

本節的目的在於說明本研究之相關文獻，以利於在研究的時候，作為理論基礎的依據。本節共有四段，分別如下：一、無聊感的定義，二、休閒無聊感的定義，三、休閒無聊感的相關研究，四、小結。

一、無聊感的定義

Geiwitz (1966) 認為無聊感是知覺到有關不快樂 (unpleasantness)、阻礙

(constraint)、重複 (repetitiveness)、低社交刺激 (low societal arousal) 等感受。Shaw, Caldwell, 與 Kleiber (1996) 認為無聊感是緊張時間的相反，亦即表示有太多空閒的時間，及未利用這些時間去安排活動。是覺醒度不足及缺乏動力或是對工作情境感到不滿導致使心理上涉入程度低 (引自陳南琦，2000，頁 7)。

Partrick (1982) 認為，無聊感產生的原因是人們覺得無法逃離而且是無意義的例行休閒活動，或因責任太多而無法享有滿意的休閒活動，或因缺乏休閒技巧的能力等原因所致。Oppenheim (1984) 則認為在休閒行為方面覺知的社交能力和無聊有關 (引自張秀慧，2000，頁 27)。楊敏玲 (1996) 定義無聊感，是在休閒情境中所感受到無聊、倦怠及煩躁的程度。

二、休閒無聊感的定義

Zuckerman (1979) 將休閒無聊感定義為一種無法逃脫不斷重複面對呆板、例行工作或人、事、物的經驗，同時有些人的人格特質是比較無法忍受此類單調環境的傾向。所以有些人的人格特質可以感受到無聊感。Zuckerman 認為休閒無聊感是一種刺激尋求 (sensation seeking) 不滿足的狀態。其研究顯示高刺激尋求動機的人，比較喜歡參加複雜且多變化的休閒活動，一旦無法滿足高刺激尋求，就會產生無聊感 (Iso-Ahola & Weissinger, 1990 ; Vodanovich, Verner, & Gilbride, 1991) 。Farmer 與 Sundberg (1986) 亦認為有些人的人格會有無聊感的特質。具有這種特質的個體常經驗到憂鬱、無助、寂寞與精神混亂 (distractibility) 的狀態，並且對工作的表現和還有心理健康常感到不滿。Geiwitz (1966) 、Hamilton, Haier, 與 Buchsbaum (1984) 以及 Vodanovich, Verner, 與 Gilbride (1991) 的研究，都將休閒無聊感的狀態視為一種暫時性。O'Hanlon (1981) 則以另一種方式來說明無聊感，認為無聊感是一種衝突的狀態，介於低的、單調的激發狀態與努力維持適當激發感之間。

雖然休閒無聊感的成因很複雜，但 Iso-Ahola 與 Weissinger (1990) 認為可從心理與社會因素觀點來解釋，實証研究亦支持這個看法 (Iso-Ahola & Crowley, 1991 ; Perkin & Hill, 1985) 。從適當覺醒 (optimal arousal) 的觀點來看，休閒無聊感的產

生大致可分為時間和技能這兩個層面來探討。在時間的層面上，Iso-Ahola 與 Weissinger (1990) 認為休閒無聊感的產生，是因為個體覺察到時間很多，卻無事可做，從這兩個因素所導致的一種結果。而從技能的層面言，如果個人本身具備的技能遠超過休閒活動的難度時，個體就會有無聊的感受產生（高俊雄，1994；Iso-Ahola & Weissinger, 1990）。

另外，Brissett 與 Snow (1993)、Larson 與 Richards (1991)、Caldwell 與 Smith (1995) 以及 Shaw, Caldwell, 與 Kleiber (1996) 則從「抗拒模式」(resistance model) 的觀點來說明休閒無聊感。從這些學者的研究中推論，青少年可能在休閒時間裡，因著社會規範來控制自己的休閒活動，而產生休閒無聊感，導致偏差行為，此狀態為一種反社會控制（轉引自陳南琦，2000）。我國學者對休閒無聊感有幾種看法。楊敏玲 (1996) 認為，「休閒無聊感」是一種程度上的差異，在休閒情境中所感受到的無聊、倦怠及煩躁的程度。張玉玲 (1998) 指出，休閒無聊感是在休閒活動中需求無法滿足以及沒有得到適當激發感的主觀感受。施清發 (1999) 則認為，休閒無聊感是指一種負面的情緒或心理狀態，反應期待之最佳經驗與個體實際體會的經驗間有出入的 (mismatch) 情形。陳淑湘 (1999) 亦指出，休閒無聊感係指一種失衡的狀態，在個人對於經驗的需求與休閒行為中的實際體驗之間，而這種無法獲得滿足的情況，即促使個人產生無聊的感受。至於陳南琦 (2000) 則認為休閒無聊感係個體未能有效安排休閒時間，並於休閒體驗中知覺較低程度的覺醒及需求未得到滿足。綜合學者的看法，本研究將休閒無聊感說明為無法有效安排休閒活動和活動後未能滿足需求。

三、休閒無聊感的相關研究

在休閒無聊感相關研究中，Weissinger, Caldwell, 與 Bandalos (1992) 針對 474 位大學生，研究內在動機與無聊感的關係，發現在休閒活動時缺乏內在動機是產生無聊感的主要因素，而且自我抉擇能力較低，或較缺乏休閒技能者，也容易在休閒中感到無聊（引自陳南琦，2000）。Iso-Ahola 與 Crowley (1991) 針對 39 位藥物濫

用與 81 位非藥物濫用青少年之休閒無聊感的研究中說明，藥物濫用青少年 ($M=2.7$) 比非藥物濫用青少年 ($M=2.1$) 有較高的休閒無聊感；無聊感傾向較強的青少年，其休閒參與型態比較傾向於較劇烈的體能活動。

張玉鈴 (1998) 針對全國 19 所大學 1,182 名大學生，研究內在動機、休閒阻礙和休閒無聊感中，結果發現整體的大學生休閒無聊感是在中低程度 ($M=47.62$ ， $SD=11.60$)，顯示大學生在休閒參與中的無聊感程度不算高。

施清發 (1999) 以高雄市 300 位 55 歲以上的老人為樣本，研究老人在休閒參與情形、休閒體驗中之自由感、無聊感及休閒需求彼此的關係，結果發現較顯著差異的是老人的教育程度、自評健康狀態及經濟狀況，並發現休閒參與程度與無聊感有顯著的負相關 ($r=-.66\sim-.78$ ， $p<.01$)。

陳淑湘 (1999) 在青少年休閒生活和偏差行為的研究中，針對臺中地區 12-18 歲的青少年，抽取 226 名一般少年與 168 名偏差行為的青少年為受試對象，結果發現青少年所選擇的休閒型態愈負向，其產生的休閒無聊感就愈強；青少年的休閒無聊感會影響其偏差行為的產生；一般少年與偏差行為的青少年在休閒無聊感上有顯著差異 ($t=-3.80$ ， $p<.001$)，且偏差行為的青少年較一般少年更容易在休閒活動的參與中產生無聊的休閒感受。

陳南琦 (2000) 在研究青少年休閒無聊感與休閒阻礙、休閒參與及休閒滿意度之相關研究中，以臺北市 800 名國高中學生為樣本，結果發現男女生在休閒無聊感上有顯著差異存在 ($t=-2.95$ ， $p<.05$)，其休閒滿意度與休閒無聊感有顯著負相關 ($r=-.36\sim-.63$ ， $p<.05$)，並且休閒無聊感不同的青少年在休閒參與的活動有所不同，休閒無聊感高的青少年偏向靜態的休閒如沉思，相反的休閒無聊感低的青少年會出門去逛書店、逛街。

許建民 (2001) 以國小 326 名學童為對象，在國小學童休閒內在動機、休閒知覺自由與休閒無聊感關係發現，學童知覺的休閒無聊程度並不高 ($M=32.57$ ， $SD=8.39$)，且男女並無顯著差異；學童的休閒內在動機、休閒知覺自由與休閒無

聊感間距有顯著的負相關，且有可能的負向因果關係存在。

陳靖宜 (2004) 在研究桃園地區國教師休閒無聊感的研究中，發現不同性別對休閒滿意度的差異達顯著水準。其中在心理及生理滿意分量表上男性教師之休閒滿意度均有高於女性教師之傾向，而且休閒阻礙在各分量表與休閒無聊感均有正相關存在；休閒滿意度各個分量表與休閒無聊感之相關均達負相關。

李美婷 (2010) 探討不同背景變項的行政院各部會員工休閒無聊感之差異情形，有效問卷為 438 份，結果發現各部會員工的休閒無聊感程度偏低，並以反向題「如果我現在能有一筆不錯的退休收入，我的退休生活將會有很多有趣的事情可做」的得分最好，顯示一生奉公守奉的各部會員工很期待退休後的生活，可以好好規劃及從事很多自己有興趣的活動。另不同背景變項的員工在休閒無聊感上僅「上班通勤時間」有顯著差異存在。

呂淑菁 (2013) 以 346 位高雄市一般智能資優資源班高年級學生為對象，探討其休閒活動參與類型、休閒阻礙及休閒無聊感之現況，結果發現：國小一般智能資賦優異學生在休閒阻礙及休閒無聊感程度均不高。國小一般智能資賦優異學生休閒阻礙來源主要為結構性阻礙，休閒無聊感來源主要是覺得休閒時間對他們而言是漫長的。休閒阻礙與休閒無聊感有顯著正相關存在，休閒阻礙程度愈高，休閒無聊感也愈強烈。

梁鴻鑑 (2013) 針對 295 位醫療單位工作人員進行研究，結果發現：不同背景變項之單位醫療工作人員在休閒無聊感有顯著差異；男性、單身、無子女、需要輪班、超時工作、休閒花費 1,000 元以下者休閒無聊感較高。

四、小結

地政士的工作十分需要休閒，然而國內外學者對休閒無聊感之研究多以學生、偏差行為學生或老人為主要對象，是社會的特定人士或弱勢族群，少有以地政士為研究對象。因此在本研究中藉由瞭解不同背景變項的地政士對休閒無聊感的情形，以利地政士同仁能夠知所趨避，以獲得健康的身心及適當的壓力排解，活得更健康。

第五節 本章總結

地政士行業有著工時長、工作時間不確定、工作地點常常轉換的特性，日常生活作息須配合不固定的工作型態而有所調整，有關休閒活動的參與亦是如此，故較其他行業更容易遇到休閒阻礙。本研究進一步瞭解臺北市地政士的休閒參與、休閒阻礙與休閒無聊感情形，並探討不同人口背景變項在休閒參與、休閒阻礙與休閒無聊感之差異情形，以及休閒參與、休閒阻礙與休閒無聊感之間的關係情形。在本研究中，休閒參與指地政士在最近一年內平均每週所參與的休閒活動項目及次數，休閒阻礙指地政士從事休閒活動，定義為以不同形式存在於個體休閒參與和決策過程中的所有影響因素，並分為個人內在阻礙、人際間阻礙及結構性阻礙三類。此外，休閒無聊感則指地政士在休閒活動中無法獲得愉悅體驗，以及沒有興奮、變化與新奇的感受。期透過學術研究深入瞭解，進而協助促進地政士們提升休閒活動之參與。

鄭明興 (2011)與楊馥如 (2011)的研究發現不同社經背景的人，對於休閒活動的參與也不同，本研究首先欲探討不同背景之地政士，在休閒參與的活動選擇上所造成的影響。邢慧芬 (2013) 發現不同背景變項之護理人員在休閒參與、休閒阻礙均有顯著差異，並且參與不同休閒活動與休閒阻礙間具有相關性。陳南琦 (2000)發現性別會影響休閒無聊感，並且休閒無聊感不同的人，在休閒參與的活動有所不同。綜上所述，本研究認為人口背景變項對於休閒阻礙及休閒無聊感有影響，不同的休閒參與則對休閒阻礙及休閒無聊感產生影響。呂淑菁 (2013)的研究指出休閒阻礙與休閒無聊感有顯著正相關存在，休閒阻礙程度愈高，休閒無聊感也愈強烈。所以本研究也將談討休閒阻礙與休閒無聊感間的關係。

第參章 研究方法

本章共分成五節：第一節為研究架構，第二節為研究步驟與流程，第三節為研究對象與抽樣設計，第四節為研究工具，第五節為資料處理與分析。

第一節 研究架構

本研究依據研究背景動機、研究目的與相關之文獻探討結果，進而確立研究架構。藉以探討地政士之不同個人背景變項、休閒參與、休閒阻礙與休閒無聊的實際情形；並以不同之個人背景變項，比較在休閒參與、休閒阻礙及休閒無聊感之差異性；最後分別探討休閒參與、休閒阻礙與休閒無聊之相關情形。

本研究的架構如圖 7 所示：

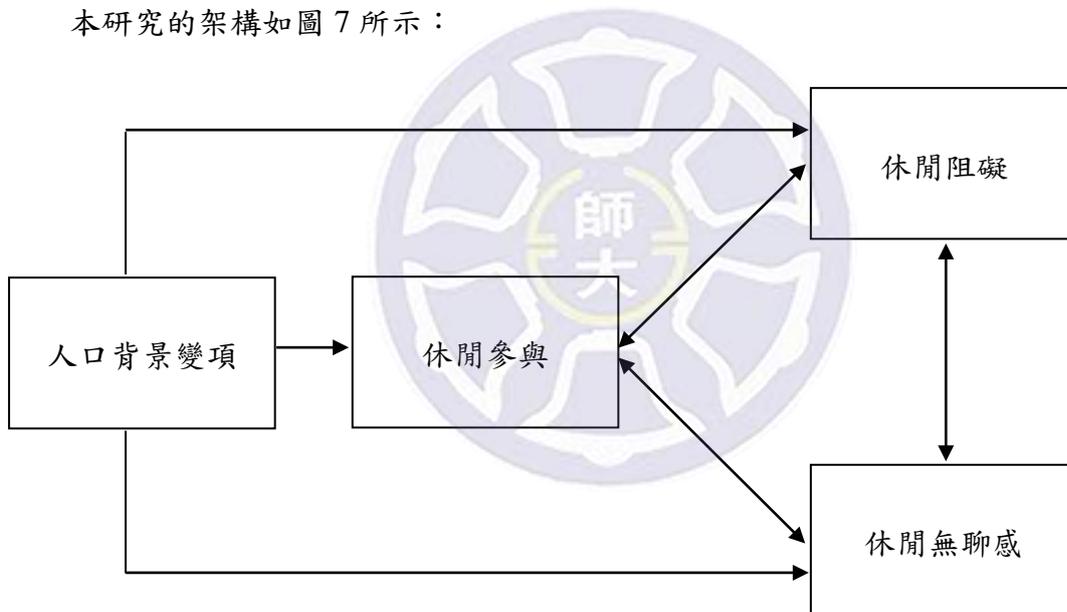


圖 7 研究架構圖

第二節 研究步驟與流程

本研究根據研究背景與動機形成研究概念，並蒐集相關理論加以歸納整理，經由相關文獻探討後確立研究目的與問題，進而建立本研究的架構，再根據研究架構編製研究工具，進行問卷預試與修正後接著進行正式問卷施測，透過資料處理進行結果分析與討論，最後提出本研究的結論與建議。本研究的進行流程如圖 8 所示：

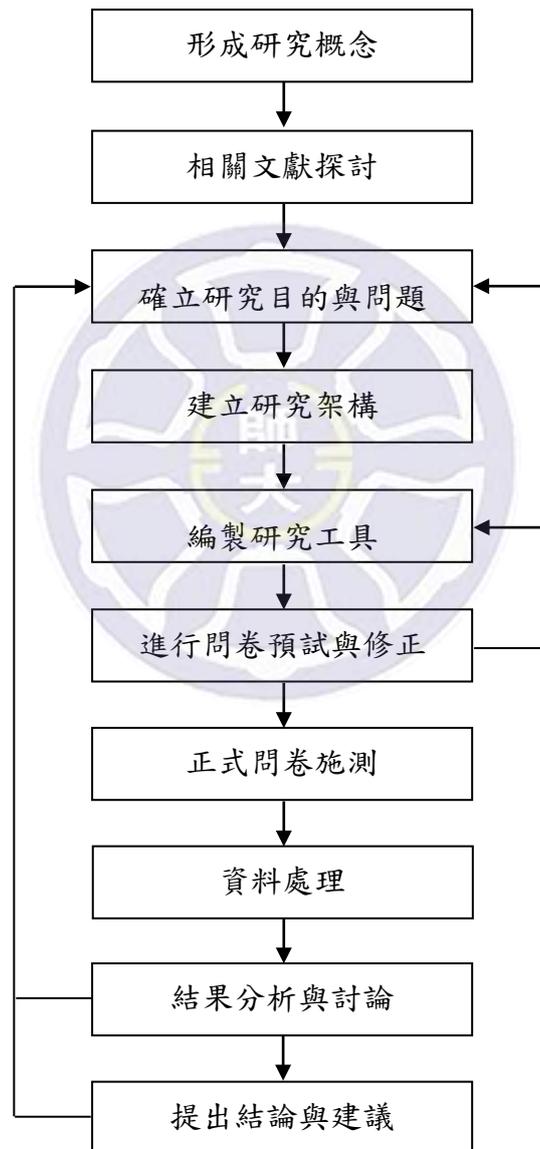


圖 8 研究流程圖

第三節 研究對象與抽樣設計

一、研究對象

本研究以臺北市地政士職業工會成員中目前仍獨立開業或受人僱用者進行調查。受測對象的臺北市地政士，男性為 1,081 人，女性為 757 人，比例分別為 58.81% 與 41.19%，與全國的比例相近。在總數方面，臺北市地政士總人數共 1,838 人，佔全國地政士總人數的六分之一強的 16.2%。

二、抽樣設計

根據統計比率的公式：

$$n = \frac{Z_{\alpha/2}^2 \cdot p(1-p)}{e^2}$$

其中，

n =樣本數

p =母體比例

$Z_{\alpha/2}$ =臨界值

e =抽樣誤差

信賴水準在 95% 時，臨界值為 $\alpha=1.96$ ，所期望抽樣誤差設為 $e=.05$ ，根據運算結果顯示，有效樣本數至少需為 385 份以上。

本研究採隨機抽樣方式，於 2015 年 2 月 1 日至 2015 年 4 月 30 日，至臺北市中山、士林、建成、古亭、大安、松山地政事務所及臺北市地政士公會專業訓練講習會發放問卷。預試期間為 2015 年 2 月 1 日至 2015 年 2 月 28 日，共發放問卷 100 份。正式施測期間為 2015 年 3 月 1 日至 4 月 30 日，共發放 479 份問卷，有效問卷 424 份，無效問卷 55 份，有效問卷回收率為 90.81%。

第四節 研究工具

本研究問卷內容包括人口背景變項、休閒參與、休閒阻礙及休閒無聊感四部分，各

部分依序說明如下。

一、人口背景變項

本部分參考相關研究選取適合本研究的問項，包括性別、年齡、婚姻、教育程度、地政士年資、個人每月收入等題項。變項名稱、題項內容、衡量尺度、參考文獻整理於表 5。

表 5
問卷設計表—人口背景變項

變項名稱	題項內容	衡量尺度	參考文獻
性別	男性、女性	名目 尺度	孫謹杓 (2006)、李美婷 (2010)、關勝方 (2011)、林思誼 (2013)、簡新添 (2013)
年齡	20-29 歲、30-39 歲、40-49 歲、50-59 歲、60 歲以上	順序 尺度	孫謹杓 (2006)、李美婷 (2010)、關勝方 (2011)、簡新添 (2013)
婚姻狀況	已婚、未婚、其他	名目 尺度	孫謹杓 (2006)、李美婷 (2010)、關勝方 (2011)、林思誼 (2013)、簡新添 (2013)
教育程度	高中 (職)、大 (專) 學、研究所及以上	順序 尺度	李美婷 (2010)、林思誼 (2013)、簡新添 (2013)
地政士年資	開放式填答_____年	比率 尺度	--
個人每月收入	20,000 元以下、20,001-30,000 元、30,001-40,000 元、40,001-50,000 元、50,001-60,000 元、60,001 元以上	順序 尺度	林思誼 (2013)、簡新添 (2013)

二、休閒參與

為產生適合調查地政士休閒參與現況的活動類別，本研究於 2014 年 3 月 17 日以開放式問卷請 30 位臺北市地政士自由填答最常參與之休閒活動項目，據以歸納出 16 個項目，包括：看電視、上網、看報紙、看書、健行、喝茶、聚餐、逛街、唱歌、爬山、跑步、騎自行車、看電影、打球、游泳、跳舞。

此外，有關休閒參與之頻率，則採用關勝方 (2011) 的題項設計，調查受試者在最近一年內平均每週的休閒活動參與次數，選項包括：不曾參與、每週平均一次及以下，每週平均 2 次以上者則由受試者自行填答每週平均參與次數。

三、休閒阻礙

本研究依據林思誼 (2013)、邢慧芬 (2013) 所採用的題項，歸納衡量地政士休閒阻礙的題項如表 6，衡量尺度為等距尺度，採李克特 5 點量表，5 表示非常同意、4 表示同意、3 表示普通、2 表示不同意、1 表示非常不同意。

表 6
問卷設計表—休閒阻礙

構面	題項內容	參考文獻
個人內在阻礙	1.對於要參加的活動沒有自信	林思誼 (2013)
	2.需要的技術或知識不足	
	3.覺得不自在	
	4.身體狀況不佳	
	5.體力不夠	
	6.沒興趣	
	7.打斷日常生活作息	
	8.害怕受傷	
	9.懶得去活動，還要花時間	
	10.沒有成就感	
	11.與其他參與者相處不融洽	
	12.不會讓我感到快樂	
	13.不喜歡和陌生人活動	
	14.個性內向	

(續下頁)

表 6

問卷設計表—休閒阻礙 (續)

構面	題項內容	參考文獻
人際間阻礙	1.同好住太遠	林思誼 (2013)
	2.同好交通不方便	
	3.同好也不太從事休閒活動	
	4.同好沒時間	
	5.同好要陪伴他家人	
	6.同好沒有足夠技術或知識	
	7.朋友不支持	
	8.家人不支持	
	9.要照顧家人	
	10.找不到人一起參與休閒活動	
	11.周遭大多不愛出來參加活動	
	12.沒有人約我	
結構性阻礙	13.我的朋友沒有足夠的金錢，無法和我一起參加 休閒活動	邢慧芬 (2013)
	1.我沒有時間	林思誼 (2013)
2.場地、設施的環境不好		
3.我的交通不方便		
4.我的休閒資訊不足		
5.休閒花費太高		
6.我住太遠		

(續下頁)

表 6

問卷設計表—休閒阻礙 (續)

構面	題項內容	參考文獻
	7.不知道去哪裡從事休閒活動	林思誼 (2013)
	8.休閒場所太擁擠	邢慧芬 (2013)
	9.我的工作繁忙	本研究新增

四、休閒無聊感

本研究依據李美婷 (2010)、張秀慧 (2001) 所採用的題項，歸納衡量地政士休閒無聊感的題項如表 7，衡量尺度為等距尺度，採李克特 5 點量表，5 表示非常同意、4 表示同意、3 表示普通、2 表示不同意、1 表示非常不同意。

表 7

問卷設計表—衡量休閒無聊感的題項

題項內容	參考文獻
1.對我而言，休閒時間真是漫長、難熬	
2.在休閒時間裡，我很投入我所做的事	
3.休閒時間很無聊	
4.如果我現在能有一筆不錯的退休收入，我的退休生活將會有 很多有趣的事情可做	
5.在休閒時間裡，我感覺自己好像只是在原地打轉無法脫離舊 的模式	李美婷 (2010)
6.在休閒時間裡，我通常不喜歡我所做的事，但我也不知道還 有什麼事可做	
7.在休閒時間裡，我覺得精神抖擻，充滿動力	
8.休閒經驗是我生活品質中的一個重要部分	
9.在休閒時間，我有想要做些什麼，但不知道到底想做些什麼 事情	

(續下頁)

表 7

問卷設計表—衡量休閒無聊感的題項 (續)

10.在休閒時間裡，我非常活躍	
11.目前我所從事的休閒活動，無法使我感到有趣	李美婷 (2010)
12.我沒有太多的休閒活動技能	
13.在休閒時間裡，我對於自己從事的休閒活動總是感到很興奮	
14.在我的休閒時間裡，我大部分的時間都在睡覺	
15.我喜歡去嘗試一些過去我未曾嘗試的休閒活動	張秀慧 (2001)
16.在我的休閒時間裡，我總是有事情做	

第五節 預試分析

本研究針對預試及正式施測所回收的有效問卷，使用 SPSS PASW Statistics 21.0 統計軟體進行資料處理及統計分析。

一、休閒阻礙量表

(一) 項目分析

本研究進行獨立樣本 t 檢定，將所有受測樣本之量表總分算出後，抽取最高及最低的 25% 作高低分組，進行本量表各題項之高低組獨立樣本 t 檢定，確認題項之鑑別度—決斷值 (Critical Ratio, CR)，獨立樣本 t 檢定結果。並依個人內在阻礙、人際間阻礙及結構性阻礙的題項整理，進行各構面題項總分相關法，凡各題項 t 檢定達到統計上的顯著水準 $p < .05$ ，且 CR 值大於 3.00，作為鑑別度 (Discriminatory Power) 之依據，並依據因素分析負荷量成分不足者予以刪除，並將項目分析的結果示於表 8。

因此個人內在阻礙刪了 2 題 (第 13 題「體力不夠」、第 36 題「個性內向」)，人際間阻礙刪了 1 題 (第 27 題「我的工作繁忙」)，結構性阻礙刪

了 1 題 (第 26 題「要照顧家人」)，共刪除預試問卷 4 題題項，除刪題外，題意的部分並無修改。

表 8

休閒阻礙項目分析結果摘要表

題項	決斷值		相關	題項刪除時之 Alpha 值	備註
	t 值	p 值			
1.對於要參加的活動沒自信	9.101	.000	.625	.942	
2.同好住太遠	6.827	.000	.602	.943	
3.我沒有時間	2.205	.032	.365	.945	
4.需要的技術或知識不足	9.522	.000	.694	.942	
5.同好交通不方便	6.953	.000	.609	.943	
6.場地、設施的環境不好	5.821	.000	.618	.943	
7.覺得不自在	6.372	.000	.674	.942	
8.同好也不太從事休閒活動	5.877	.000	.596	.943	
9.我的交通不方便	9.581	.000	.685	.942	
10.身體狀況不佳	5.128	.000	.555	.943	
11.同好沒時間	4.459	.000	.507	.944	
12.我的休閒資訊不足	7.256	.000	.629	.943	
13.體力不夠	8.212	.000	.665	.942	刪除
14.同好要陪伴他家人	3.883	.000	.410	.944	
15.休閒花費太高	7.645	.000	.662	.942	
16.沒興趣	4.533	.000	.482	.944	

(續下頁)

表 8

休閒阻礙項目分析結果摘要表 (續)

題項	決斷值		相關	題項刪除時 之 Alpha 值	備註
	t 值	p 值			
17.同好沒有足夠技術或知識	8.477	.000	.698	.942	
18.我住太遠	7.327	.000	.608	.943	
19.打斷日常生活作息	5.088	.000	.510	.944	
20.朋友不支持	5.128	.000	.568	.943	
21.不知道去哪裡從事休閒活動	5.353	.000	.584	.943	
22.害怕受傷	5.746	.000	.556	.943	
23.家人不支持	8.575	.000	.638	.943	
24.休閒場所太擁擠	4.829	.000	.506	.944	
25.懶得去活動，還要花時間	5.712	.000	.606	.943	
26.要照顧家人	4.624	.000	.400	.945	刪除
27.我的工作繁忙	2.872	.000	.339	.946	刪除
28.沒有成就感	8.428	.000	.722	.942	
29.找不到人一起參與休閒活動	6.686	.000	.556	.944	
30.與其他參與者相處不融洽	4.956	.000	.521	.943	
31.周遭大多不愛出來參加活動	9.678	.000	.674	.943	
32.不會讓我感到快樂	6.871	.000	.588	.943	
33.沒有人約我	7.089	.000	.577	.943	
34.不喜歡和陌生人活動	7.899	.000	.586	.943	
35.我的朋友沒有足夠的錢，無法和我一起參加休閒活動	7.317	.000	.624	.943	
36.個性內向	5.936	.000	.527	.944	刪除

(二) 信度分析

信度檢驗採用 Cronbach's α 係數檢定量表及各因素一致性，Guilford (1965) 建議，在 .7 以上者表示「高信度」；.7~.35 為可接受信度；.35 以下表示「低信度」。信度分析結果如表 9，3 種地政士休閒阻礙類型的信度分別為 .875、.793 及 .874，皆介於良好範圍，顯示地政士之休閒阻礙量表題項具有相當高的同質性。

表 9
休閒阻礙信度分析表

休閒阻礙構面	包含題項						Cronbach's α
人際間阻礙	2	5	8	11	14	17	.875
	20	23	29	31	33	35	
結構性阻礙	3	6	9	12	15	18	.793
	21	24					
個人內在阻礙	1	4	7	10	16	19	.874
	22	25	28	30	32	34	

二、休閒無聊感量表

(一) 項目分析

本量表經由相關分析法以及內部一致校標法分析，全部題項都有達到顯著值與足夠的信度，予以保留。項目分析之內容整理於表 10。

表 10

休閒無聊感項目分析結果摘要表

題項	決斷值		相關	題項刪除時 之Alpha值	因素負 荷量	備註
	t值	p值				
1對我而言休閒時間真是漫長難熬	-8.195	.000	.597	.842	.707	
2在休閒時間裡我很投入我所做的事(反向計分)	-3.669	.000	.319	.855	.761	
3休閒時間很無聊	-8.932	.000	.580	.842	.798	
4如有不錯退休收入退休生活將有有趣事情可做(反向計分)	-5.985	.000	.358	.853	.645	
5在休閒時間裡我感覺自己好像只是在原地打轉無法脫離舊的模式	-7.131	.000	.549	.843	.523	
6在休閒時間裡我通常不喜歡我所做的事但我也不知道還有什麼事可做	-8.328	.000	.568	.842	.727	
7在休閒時間裡我覺得精神抖擻充滿動力(反向計分)	-7.088	.000	.561	.843	.575	
8休閒經驗是我生活品質中的一個重要部分(反向計分)	-9.487	.000	.658	.839	.819	
9在休閒時間裡我對於自己從事的休閒活動總是感到很興奮(反向計分)	-7.949	.000	.598	.842	.699	
10在休閒時間我有想要做些什麼但不知道到底想做些什麼事情	-6.018	.000	.393	.852	.726	
11在我的休閒時間裡我大部分的時間都在睡覺	-5.458	.000	.402	.851	.624	
12我喜歡去嘗試一些過去我未曾嘗試的休閒活動(反向計分)	-2.957	.004	.290	.856	.660	
13在休閒時間裡我非常活躍(反向計分)	-4.223	.000	.383	.851	.578	
14目前我所從事的休閒活動無法使我感到有趣	-6.963	.000	.557	.843	.656	
15我沒有太多的休閒活動技能	-5.800	.000	.486	.847	.586	
16在我的休閒時間裡我總是有事情做(反向計分)	-4.370	.000	.433	.849	.676	

(二) 信度分析

經刪除二題項後，依原量表之因素架構將因素個數設定為 1，分析結果，因素負荷量為.405~.728，累積解釋變異量達到 36.221%。而量表之 Cronbach's α 值為.856，顯示其具有良好的內部一致性。

表 11

休閒無聊感項目分析結果摘要表修正後

題項	決斷值		相關係數	題項刪除時之Alpha值	因素負荷量
	t值	p值			
1對我而言休閒時間真是漫長難熬	-8.195	.000	.609	.841	.690
3休閒時間很無聊	-8.932	.000	.586	.841	.666
4如有不錯退休收入退休生活將有有趣事情可做(反向計分)	-5.985	.000	.313	.858	.405
5在休閒時間裡我感覺自己好像只是在原地打轉無法脫離舊的模式	-7.131	.000	.563	.843	.660
6在休閒時間裡我通常不喜歡我所做的事但我也知道還有什麼事可做	-8.328	.000	.587	.841	.663
7在休閒時間裡我覺得精神抖擻充滿動力(反向計分)	-7.088	.000	.550	.844	.639
8休閒經驗是我生活品質中的一個重要部分(反向計分)	-9.487	.000	.637	.840	.728
9在休閒時間裡我對於自己從事的休閒活動總是感到很興奮(反向計分)	-7.949	.000	.582	.843	.678
10在休閒時間我有想要做些什麼但不知道到底想做些什麼事情	-6.018	.000	.430	.851	.518
11在我的休閒時間裡我大部分的時間都在睡覺	-5.458	.000	.411	.852	.504
13在休閒時間裡我非常活躍(反向計分)	-4.223	.000	.363	.854	.431

(續下頁)

表 11

休閒無聊感項目分析結果摘要表修正後 (續)

題項	決斷值		相關係數	題項刪除時 之Alpha值	因素負荷量
	t值	p值			
14目前我所從事的休閒活動無法使我感到有趣	-6.963	.000	.586	.842	.669
15我沒有太多的休閒活動技能	-5.800	.000	.496	.847	.574
16在我的休閒時間裡我總是有事情做(反向計分)	-4.370	.000	.398	.852	.478
特徵值			5.071		
累積解釋變異量			36.221%		

(三) 專家修正

為了處理預試過程中的填寫問題，經由指導教授的確認，將反向題的數目由原先的 8 題刪減為 3 題，扣除被刪去題項外，正式問卷將有文字修改如下：

第 7 題由「在休閒時間裡我覺得精神抖擻充滿動力」改為「在休閒時間裡，我覺得無精打采，毫無動力」；第 8 題由「休閒經驗是我生活品質中的一個重要部分」改為「休閒經驗對我的生活品質不重要」；第 11 題由「在我的休閒時間裡，我大部分的時間都在睡覺」改為「在我的休閒時間裡，我大部分都在睡覺」；第 13 題由「在休閒時間裡我非常活躍」改為「在休閒時間裡，我並不活躍」；第 16 題由「在我的休閒時間裡我總是有事情做」改為「在休閒時間裡，我總找不到事情做」。

第六節 資料處理與分析

本研究針對預試及正式施測所回收的有效問卷，使用 SPSS PASW Statistics 21.0 統計軟體進行資料處理及統計分析。

一、項目分析 (Item Analysis)

以預試回收有效樣本進行決斷值 (Critical Ration, CR) 分析，分別將休閒參

與、休閒阻礙、休閒無聊感等屬於連續尺度題項的得分各自加總，依量表總分高低排序後，分成前 25% 的高分組與後 25% 的低分組，再以獨立樣本 t 檢定比較各問卷總分與其各題項得分平均數之差異情形。

二、信度分析 (Reliability Analysis)

採 Cronbach's α 係數來檢驗休閒參與、休閒阻礙、休閒無聊感各問卷題項的內部一致性，針對各問卷整體及不同構面進行信度考驗分析，並剔除信度較低之選項。

三、因素分析 (Factor Analysis)

針對休閒參與、休閒阻礙、休閒無聊感進行因素分析。

四、描述性統計 (Descriptive Statistics)

以次數分配、百分比瞭解有效樣本在變項上的分布狀況，另使用平均數、標準差瞭解各項資料的集中趨勢與離散程度。

五、獨立樣本 t 檢定 (t -test)

以獨立樣本 t 檢定分析不同性別、婚姻狀況者在休閒參與、休閒阻礙、休閒無聊感各構面的差異情形。

六、單因子變異數分析 (one-way ANOVA)

以單因子變異數分析檢定不同年齡、教育程度、地政士年資、個人每月收入在休閒參與、休閒阻礙、休閒無聊感各構面的差異情形。

七、皮爾森積差相關 (Pearson's Correlation)

以皮爾森積差相關分析探討休閒參與、休閒阻礙、休閒無聊感各構面之間的相關情形。

第肆章 結果與討論

本章共分成五節：第一節為描述性統計分析，第二節為人口背景變項在休閒參與之差異分析，第三節為人口背景變項在休閒阻礙之差異分析，第四節為人口背景變項在休閒無聊感之差異分析，第五節為休閒參與、休閒阻礙、休閒無聊感之關係情形。

第一節 描述性統計分析

本節依序針對研究對象的人口背景變項、休閒參與、休閒阻礙以及休閒無聊感進行描述性分析。

一、人口背景變項

有關本研究對象的背景現況整理如表 12 所示，包括性別、年齡、婚姻狀況、教育程度、地政士年資以及個人每月收入。

(一) 性別

在研究對象 434 人中，男性有 245 位，佔整體的 56.5%；女性有 189 位，佔整體的 43.5%。在受試的地政士從業人員中，男性人數略多於女性。

(二) 年齡

以 40-49 歲者計 115 位為最多，佔 26.4%，其次為 50-59 歲者計 100 位，佔 23.0%。值得注意的是 40 歲以上人員佔總比例的 65.5%，顯示受試的地政士從業人員年齡層偏高。

(三) 婚姻狀況

1. 已婚者為 277 位，佔 64.1%，未婚者為 139 位，佔 32.2%。其他者為 16 位，佔 3.7%。
2. 其他者因個數較少，本研究後續係將該組別予以排除，分成男性、女性等二組與其他變項進行差異分析。

(四) 教育程度

以大（專）學者計 295 位為最多，佔 68.9%，其次為高中（職）者計 86 位，

佔 20.1%。前面已經提到，受試的地政士年齡普遍偏高，這些地政士求學的年代，高中、大學的錄取率相當低，但地政士從業人員中，高中以上學歷卻占了 89%，由此可推測：地政士從業人員係具有相當之教育程度。

(五) 地政士年資

受試者整體年資平均為 16.29 年，本研究進一步以 10 年為級距，將受試者分為 10 年以下、11-20 年、21-30 年及 31 年以上等 4 組，其中 10 年以下者計 171 位為最多，佔 40.3%，其次為 11-20 年者計 121 位，佔 28.5%。由此可發現，能夠持續從事地政士工作的人比例並不高，許多曾從事地政工作的人最後會轉換方向。

(六) 個人每月收入

以 30,001-40,000 元者計 104 位為最多，佔 24.2%，地政士的收入最常落在此區塊。值得注意的是：60,001 元以上者計 98 位，佔 22.8%，顯示此行業另有一高薪族群。

研究對象的性別比例(56.5%、43.5%)與全國地政士(57.02%、42.98%)相比非常接近。然而年齡的組成則稍微年輕化，特別是 39 歲以下者的比例高達 34.5%，與全國地政士的比例 9.8% 高達近 3.5 倍。可能是因為問卷調查需要填寫動作的限制，因為年長者較不願意花時間來做填寫的動作。

表 12
人口背景變項摘要表

變項	組別	次數	%
性別	男性	245	56.5
	女性	189	43.5
	合計	434	100.0

(續下頁)

表 12

人口背景變項摘要表 (續)

變項	組別	次數	%
年齡	20-29 歲	60	13.8
	30-39 歲	90	20.7
	40-49 歲	115	26.4
	50-59 歲	100	23.0
	60 歲以上	70	16.1
	合計	435	100.0
婚姻狀況	已婚	277	64.1
	未婚	139	32.2
	其他	16	3.7
	合計	432	100.0
教育程度	高中 (職)	86	20.1
	大 (專) 學	295	68.9
	研究所	47	11.0
	合計	428	100.0
地政士年資	10年以下	171	40.3
	11-20年	121	28.5
	21-30年	82	19.3
	31年以上	50	11.8
	合計	424	100.0

(續下頁)

表 12

人口背景變項摘要表 (續)

變項	組別	次數	%
個人每月收入	20,000 元以下	14	3.3
	20,001-30,000 元	60	14.0
	30,001-40,000 元	104	24.2
	40,001-50,000 元	79	18.4
	50,001-60,000 元	75	17.4
	60,001 元以上	98	22.8
	合計	430	100.0

二、休閒參與

有關本研究對象的休閒參與情形整理如表 13 所示，排名前三名的是 A2 上網、A1 看電視、A3 看報紙，以視聽活動為主。表 14 為與其他研究相比的比較表，可以發現前三名的項目都集中在視聽活動上，特別是上網、看電視。而排名第二高的活動則是戶外活動如散步、健行等，最後則是逛街、訪友、聚餐等社交活動。從每週的參與頻率來看，地政士在社交與戶外活動的次數都是 2 次以下，顯示出明顯的差異。

表 13
休閒參與摘要表

題項	每週平均參與次數	標準差
A2上網	6.51	5.513
A1看電視	5.32	3.222
A3看報紙	3.26	2.802
A6喝茶	3.12	2.864
A4看書	2.94	2.854
A5健行	1.70	2.187
A7聚餐	1.44	1.217
A8逛街	1.13	1.280
A11跑步	1.12	1.540
A12騎自行車	0.94	1.480
A9唱歌	0.88	1.311
A10爬山	0.83	1.252
A13看電影	0.62	0.707
A14打球	0.47	0.816
A15游泳	0.41	1.032
A16跳舞	0.28	0.835

表 14

國內學者休閒參與項目比較表

學者(年代)	關勝方(2012)		本研究(2014)	
研究對象	臺中市刑警		臺北市地政士	
排序	活動項目	頻率 ¹	活動項目	頻率 ²
1	跑步	0.71	上網	6.51
2	爬山	0.69	看電視	5.32
3	游泳	0.59	看報紙	3.26
4	騎單車	0.54	喝茶	3.12
5	健身房	0.31	看書	2.94
6	籃球	0.28	健行	1.70
7	其他	0.28	聚餐	1.44
8	羽毛球	0.22	逛街	1.13
9	其他球類	0.20	跑步	1.12
10	釣魚	0.15	騎自行車	0.94
11	跆拳道	0.12		
12	壘球	0.11		
13	柔道	0.10		
14	潛水	0.08		

註：1& 2：在最近一年內，對於下列各項休閒活動平均每週參與的次數

三、休閒阻礙

有關本研究對象的休閒阻礙情形整理如表 13 所示。各題項平均數前三名依序為「我沒有時間」($M=3.12$)、「休閒場所太擁擠」($M=3.08$)及「休閒花費太高」($M=3.02$)。經因素分析，KMO 值為.953，Bartlett 球形檢定亦達顯著水準 (χ^2 值為 7400.138，自由度 df 為 496，顯著性 $p<.001$)，可分為五構面，累積解釋變異量為

60.887%。由於 Crawford 與 Godbey (1987)的模型僅有個人內在阻礙、人際間阻礙、結構性阻礙三個構面而已，在詢問指導教授後，決定以研究數據為準，並依照題項特徵給予構面命名，分別命名為支持與愉悅、知識與自信、意願與興趣、同好與時間及場地與環境，如表 15 所示。

表 15
休閒阻礙因素分析表

構面命名	題項	平均值	構面平均值
場地與環境	B23 休閒場所太擁擠	3.08	3.04
	B6 場地、設施的環境不好	3.00	
意願與興趣	B15 沒興趣	2.97	2.942
	B18 打斷日常生活作息	2.97	
	B24 懶得去活動，還要花時間	2.95	
	B20 不知道去哪裡從事休閒活動	2.93	
	B25 沒有成就感	2.89	
知識與自信	B3 我沒有時間	3.12	2.936
	B4 需要的技術或知識不足	2.96	
	B7 覺得不自在	2.93	
	B2 同好住太遠	2.89	
	B1 對於要參加的活動沒有自信	2.89	
	B12 我的休閒資訊不足	2.89	
	B5 同好交通不方便	2.87	

(續下頁)

表 15

休閒阻礙因素分析表 (續)

構面命名	題項	平均值	構面平均值
同好與時間	B14 休閒花費太高	3.02	2.926
	B13 同好要陪伴他家人	2.96	
	B28 周遭大多不愛出來參加活動	2.94	
	B31 不喜歡和陌生人活動	2.93	
	B8 同好也不太從事休閒活動	2.91	
	B11 同好沒時間	2.90	
	B26 找不到人一起參與休閒活動	2.89	
	B30 沒有人約我	2.86	
支持與愉悅	B16 同好沒有足夠技術或知識	2.92	2.838
	B21 害怕受傷	2.91	
	B10 身體狀況不佳	2.89	
	B17 我住太遠	2.87	
	B29 不會讓我感到快樂	2.84	
	B32 我的朋友沒有足夠的金錢，無法和我一起參加休閒活動	2.83	
	B19 朋友不支持	2.82	
	B22 家人不支持	2.78	
	B9 我的交通不方便	2.78	
B27 與其他參與者相處不融洽	2.74		

四、休閒無聊感

有關本研究對象的休閒無聊感情形整理如表 16 所示。各題項平均數前三名依序為「在休閒時間裡我並不活躍」(M=2.97)、「我沒有太多的休閒活動技能」(M=2.91)及「在休閒時間我有想要做些什麼但不知道到底想做些什麼事情」(M=2.91)。

表 16
休閒無聊感摘要表

題項	平均數	標準差
C13在休閒時間裡，我並不活躍	2.97	1.095
C9我沒有太多的休閒活動技能	2.91	1.075
C10在休閒時間，我有想要做些什麼，但不知道到底想做些什麼事情	2.91	1.110
C5在休閒時間裡，我感覺自己好像只是在原地打轉無法脫離舊的模式	2.91	1.087
C2在休閒時間裡，我無法投入在我做的事情	2.84	1.159
C4目前我所從事的休閒活動，無法使我感到有趣	2.83	1.173
C6在休閒時間裡，我通常不喜歡我所做的事，但我也不知道還有什麼事可做	2.83	1.151
C8休閒經驗對我的生活品質不重要	2.82	1.273
C7在休閒時間裡，我覺得無精打彩，毫無動力	2.81	1.201
C3休閒時間很無聊	2.81	1.305
C11在我的休閒時間裡，我大部分的時間都在睡覺	2.80	1.217
C1對我而言，休閒時間真是漫長、難熬	2.80	1.296
C16我喜歡去嘗試一些過去我未曾嘗試的休閒活動(反向計分)	2.79	1.028
C12在我的休閒時間裡，我總找不到事情做	2.72	1.167
C15在休閒時間裡，我對於自己從事的休閒活動總是感到很興奮(反向計分)	2.69	1.126
C14如果我現在能有一筆不錯的退休收入，我的退休生活將會有很多有趣的事情可做(反向計分)	2.60	1.365

第二節 人口背景變項在休閒參與之差異分析

本節探討不同人口背景變項在休閒參與的差異情形。

一、性別

不同性別地政士在 A5 健行、A14 打球、A15 游泳的參與次數不同，男性地政士較女性地政士活躍，因為這三類活動皆是偏向動態，耗費較多體力之活動，如表 17 所示。

表 17
性別對休閒參與 *t* 檢定分析摘要表

休閒參與		每週平均參與次數	標準差	<i>t</i> 值	結果
A1 看電視	男性	5.40	3.447	0.599	
	女性	5.22	2.916		
A2 上網	男性	6.86	5.712	1.458	
	女性	6.08	5.214		
A3 看報紙	男性	3.40	2.784	1.276	
	女性	3.06	2.821		
A4 看書	男性	2.97	3.073	0.273	
	女性	2.89	2.539		
A5 健行	男性	1.89	2.459	2.155*	男性>女性
	女性	1.45	1.739		
A6 喝茶	男性	3.26	2.765	1.117	
	女性	2.95	2.994		
A7 聚餐	男性	1.39	1.178	-0.961	
	女性	1.51	1.269		
A8 逛街	男性	1.09	1.314	-0.811	
	女性	1.19	1.239		
A9 唱歌	男性	0.95	1.441	1.275	
	女性	0.80	1.119		
A10 爬山	男性	0.92	1.397	1.672	
	女性	0.72	1.028		
A11 跑步	男性	1.22	1.568	1.452	
	女性	1.00	1.502		

(續下頁)

表 17

性別對休閒參與 t 檢定分析摘要表 (續)

休閒參與	每週平均參與次數	標準差	t 值	結果	
A12 騎自行車	男性	0.93	1.234	-0.086	
	女性	0.95	1.751		
A13 看電影	男性	0.62	0.712	0.211	
	女性	0.61	0.703		
A14 打球	男性	0.64	0.930	5.301*	男性>女性
	女性	0.25	0.573		
A15 游泳	男性	0.51	1.160	2.428*	男性>女性
	女性	0.28	0.826		
A16 跳舞	男性	0.25	0.753	-0.911	
	女性	0.32	0.932		

* $p < .05$

二、年齡

不同年齡地政士在休閒參與中的 A5 健行有顯著差異，其中 60 歲以上者，每週參與健行的數目較其他四組年齡層為大。因為健行一直是傳統觀念中的養生之道，所以年長地政士對於健行的熱愛也較高，結果顯示於表 18。

表 18

年齡對休閒參與 ANOVA 分析摘要表

休閒參與	每週平均參與次數	標準差	F 值	雪費事後檢定
A1 看電視	1 20-29 歲	4.42	2.993	2.562
	2 30-39 歲	4.89	2.226	
	3 40-49 歲	5.82	3.964	
	4 50-59 歲	5.40	2.449	
	5 60 歲以上	5.70	3.895	
A2 上網	1 20-29 歲	7.02	4.571	5.226
	2 30-39 歲	8.41	7.204	
	3 40-49 歲	6.55	4.492	
	4 50-59 歲	5.71	3.887	
	5 60 歲以上	4.74	6.563	

(續下頁)

表 18

年齡對休閒參與 ANOVA 分析摘要表 (續)

休閒參與	每週平均參與次數	標準差	F 值	雪費事後檢定	
A3 看報紙	1 20-29 歲	1.92	2.077	10.723	
	2 30-39 歲	2.56	2.303		
	3 40-49 歲	3.24	2.543		
	4 50-59 歲	3.76	2.771		
	5 60 歲以上	4.63	3.560		
A4 看書	1 20-29 歲	2.13	1.702	3.703	
	2 30-39 歲	2.71	2.865		
	3 40-49 歲	2.74	2.471		
	4 50-59 歲	3.20	3.201		
	5 60 歲以上	3.89	3.403		
A5 健行	1 20-29 歲	1.30	2.294	9.849*	5>4
	2 30-39 歲	1.12	1.235		5>3
	3 40-49 歲	1.39	2.155		5>2
	4 50-59 歲	1.94	1.917		5>1
	5 60 歲以上	3.01	2.873		
A6 喝茶	1 20-29 歲	2.00	2.443	6.180	
	2 30-39 歲	2.74	2.582		
	3 40-49 歲	2.88	2.980		
	4 50-59 歲	3.90	2.747		
	5 60 歲以上	3.86	3.099		
A7 聚餐	1 20-29 歲	1.37	.758	0.562	
	2 30-39 歲	1.52	1.201		
	3 40-49 歲	1.40	1.290		
	4 50-59 歲	1.35	1.109		
	5 60 歲以上	1.59	1.546		
A8 逛街	1 20-29 歲	1.13	.724	0.184	
	2 30-39 歲	1.11	1.065		
	3 40-49 歲	1.09	1.218		
	4 50-59 歲	1.13	1.468		
	5 60 歲以上	1.25	1.696		

(續下頁)

表 18

年齡對休閒參與 ANOVA 分析摘要表 (續)

休閒參與	每週平均參與次數	標準差	F 值	雪費事後檢定
A9 唱歌	1 20-29 歲	0.97	0.863	0.520
	2 30-39 歲	0.78	1.139	
	3 40-49 歲	0.80	1.534	
	4 50-59 歲	0.95	1.546	
	5 60 歲以上	1.00	1.051	
A10 爬山	1 20-29 歲	0.57	0.593	3.825
	2 30-39 歲	0.70	1.175	
	3 40-49 歲	0.81	1.107	
	4 50-59 歲	0.79	0.743	
	5 60 歲以上	1.33	2.160	
A11 跑步	1 20-29 歲	1.45	1.712	1.367
	2 30-39 歲	1.27	1.436	
	3 40-49 歲	0.99	1.347	
	4 50-59 歲	1.06	1.632	
	5 60 歲以上	0.94	1.658	
A12 騎自行車	1 20-29 歲	0.85	1.117	0.881
	2 30-39 歲	0.90	1.190	
	3 40-49 歲	1.06	1.684	
	4 50-59 歲	0.77	1.196	
	5 60 歲以上	1.13	2.029	
A13 看電影	1 20-29 歲	0.88	0.524	5.934
	2 30-39 歲	0.80	0.767	
	3 40-49 歲	0.53	0.567	
	4 50-59 歲	0.49	0.689	
	5 60 歲以上	0.46	0.884	
A14 打球	1 20-29 歲	0.63	0.712	1.627
	2 30-39 歲	0.54	0.810	
	3 40-49 歲	0.43	0.651	
	4 50-59 歲	0.47	0.926	
	5 60 歲以上	0.30	0.953	

(續下頁)

表 18

年齡對休閒參與 ANOVA 分析摘要表 (續)

休閒參與	每週平均參與次數	標準差	F 值	雪費事後檢定
1 20-29 歲	0.48	0.833		
2 30-39 歲	0.42	0.734		
A15 游泳 3 40-49 歲	0.31	0.626	0.849	
4 50-59 歲	0.36	0.980		
5 60 歲以上	0.57	1.822		
1 20-29 歲	0.27	0.446		
2 30-39 歲	0.17	0.375		
A16 跳舞 3 40-49 歲	0.32	0.889	0.576	
4 50-59 歲	0.33	1.138		
5 60 歲以上	0.30	0.922		

* $p < .05$

三、婚姻狀況

不同婚姻狀況地政士在休閒參與達顯著差異，已婚者在多項休閒活動的參與頻率皆高於未婚者，可見已婚者大多承受較多壓力，需要休閒活動的調適身心，如表 19 所示。

表 19

婚姻狀況對休閒參與 t 檢定分析摘要表

休閒參與	每週平均參與次數	標準差	t 值	結果
A1 看電視	已婚 5.66 未婚 4.53	3.455 2.580	3.413*	已婚 > 未婚
A2 上網	已婚 6.28 未婚 6.99	5.583 5.244	-1.226	
A3 看報紙	已婚 3.75 未婚 2.32	2.914 2.313	5.427*	已婚 > 未婚
A4 看書	已婚 3.08 未婚 2.65	2.932 2.727	1.436	

(續下頁)

表 19

婚姻狀況對休閒參與 *t* 檢定分析摘要表 (續)

休閒參與		每週平均參與次數	標準差	<i>t</i> 值	結果
A5 健行	已婚	1.95	2.292	3.477*	已婚>未婚
	未婚	1.21	1.890		
A6 喝茶	已婚	3.47	2.930	3.571*	已婚>未婚
	未婚	2.45	2.635		
A7 聚餐	已婚	1.46	1.349	0.461	
	未婚	1.41	0.984		
A8 逛街	已婚	1.21	1.486	1.708*	已婚>未婚
	未婚	1.01	0.816		
A9 唱歌	已婚	0.98	1.494	2.824*	已婚>未婚
	未婚	0.67	0.736		
A10 爬山	已婚	1.01	1.486	4.971*	已婚>未婚
	未婚	0.51	0.543		
A11 跑步	已婚	1.13	1.623	-0.205	
	未婚	1.16	1.426		
A12 騎自行車	已婚	1.03	1.619	2.609*	已婚>未婚
	未婚	0.71	0.928		
A13 看電影	已婚	0.55	0.773	-3.008*	已婚>未婚
	未婚	0.75	0.566		
A14 打球	已婚	0.47	0.892	-0.094	
	未婚	0.48	0.674		
A15 游泳	已婚	0.46	1.201	2.057*	已婚>未婚
	未婚	0.29	0.500		
A16 跳舞	已婚	0.28	0.869	0.041	
	未婚	0.28	0.799		

* $p < .05$

四、教育程度

不同教育程度地政士在 A1 看電視的參與程度上有顯著不同，本研究發現，研究所學歷的地政士視看電視為浪費時間，所以看電視的頻率較少。另一方面，高中(職)學歷地政士對於需要較多體力的 A5 健行，其參與頻率高過大(專)學以上之教育程度地政士，結果如表 20 所示。

表 20

教育程度對休閒參與 ANOVA 分析摘要表

休閒參與		每週平均參與次數	標準差	F 值	雪費事後檢定
A1 看電視	1 高中 (職)	5.99	3.705	7.654*	1>3
	2 大 (專) 學	5.30	2.988		2>3
	3 研究所	3.79	2.629		
A2 上網	1 高中 (職)	5.04	3.500	4.085*	
	2 大 (專) 學	6.98	6.146		
	3 研究所	6.50	3.746		
A3 看報紙	1 高中 (職)	3.78	2.888	3.776*	
	2 大 (專) 學	3.20	2.766		
	3 研究所	2.43	2.224		
A4 看書	1 高中 (職)	2.72	2.806	0.329	
	2 大 (專) 學	3.00	2.936		
	3 研究所	2.89	2.292		
A5 健行	1 高中 (職)	2.41	2.783	6.257*	1>2
	2 大 (專) 學	1.54	2.025		1>3
	3 研究所	1.30	1.641		
A6 喝茶	1 高中 (職)	3.47	2.852	2.714*	
	2 大 (專) 學	3.16	2.949		
	3 研究所	2.28	2.154		
A7 聚餐	1 高中 (職)	1.55	1.547	1.992*	
	2 大 (專) 學	1.46	1.140		
	3 研究所	1.13	0.575		
A8 逛街	1 高中 (職)	1.39	1.726	3.033*	
	2 大 (專) 學	1.09	1.154		
	3 研究所	0.87	0.494		
A9 唱歌	1 高中 (職)	1.01	1.500	0.696	
	2 大 (專) 學	0.83	1.239		
	3 研究所	0.89	1.108		
A10 爬山	1 高中 (職)	1.12	1.451	3.680*	
	2 大 (專) 學	0.75	1.191		
	3 研究所	0.64	0.568		

(續下頁)

表 20

教育程度對休閒參與 ANOVA 分析摘要表(續)

休閒參與		每週平均參與次數	標準差	F 值	雪費事後檢定
A11 跑步	1 高中 (職)	1.28	1.780	0.612	
	2 大 (專) 學	1.08	1.461		
	3 研究所	1.06	1.405		
A12 騎自行車	1 高中 (職)	1.24	2.136	2.314*	
	2 大 (專) 學	0.87	1.293		
	3 研究所	0.80	0.687		
A13 看電影	1 高中 (職)	0.48	0.781	2.225*	
	2 大 (專) 學	0.63	0.635		
	3 研究所	0.72	0.826		
A14 打球	1 高中 (職)	0.41	0.912	0.301	
	2 大 (專) 學	0.48	0.773		
	3 研究所	0.50	0.837		
A15 游泳	1 高中 (職)	0.30	0.827	1.171	
	2 大 (專) 學	0.46	1.148		
	3 研究所	0.28	0.455		
A16 跳舞	1 高中 (職)	0.24	0.839	0.417	
	2 大 (專) 學	0.30	0.886		
	3 研究所	0.20	0.453		

* $p < .05$

五、地政士年資

地政士年資 31 年以上者，在休閒參與中的 A4 看書項目，每週的參與頻率大於年資 30 年以下者，可能的原因是年齡與智慧一同增長，結果如表 21 所示。

表 21

地政士年資對休閒參與 ANOVA 分析摘要表

休閒參與		每週平均參與次數	標準差	F 值	雪費事後檢定
A1 看電視	1 10 年以下	4.75	3.029	4.093*	
	2 11-20 年	6.02	3.718		
	3 21-30 年	5.55	2.430		
	4 31 年以上	4.92	3.607		

(續下頁)

表 21

地政士年資對休閒參與 ANOVA 分析摘要表 (續)

	休閒參與	每週平均參與次數	標準差	F 值	雪費事後檢定
A2 上網	1 10 年以下	7.36	6.491	4.200*	
	2 11-20 年	6.73	3.407		
	3 21-30 年	4.94	2.934		
	4 31 年以上	5.51	8.247		
A3 看報紙	1 10 年以下	2.44	2.364	9.491*	
	2 11-20 年	3.45	2.861		
	3 21-30 年	3.96	2.696		
	4 31 年以上	4.28	3.464		
A4 看書	1 10 年以下	2.72	2.870	3.551*	4>1
	2 11-20 年	2.88	2.542		4>2
	3 21-30 年	2.88	2.655		4>3
	4 31 年以上	4.20	3.714		
A5 健行	1 10 年以下	1.36	2.212	3.703*	
	2 11-20 年	1.80	1.771		
	3 21-30 年	1.71	1.953		
	4 31 年以上	2.49	2.966		
A6 喝茶	1 10 年以下	2.57	2.614	4.157*	
	2 11-20 年	3.29	2.570		
	3 21-30 年	3.73	3.450		
	4 31 年以上	3.66	3.134		
A7 聚餐	1 10 年以下	1.42	1.073	0.218	
	2 11-20 年	1.50	1.341		
	3 21-30 年	1.37	1.171		
	4 31 年以上	1.40	1.498		
A8 逛街	1 10 年以下	1.09	0.953	0.605	
	2 11-20 年	1.24	1.283		
	3 21-30 年	1.10	1.645		
	4 31 年以上	0.98	1.407		
A9 唱歌	1 10 年以下	0.91	1.222	0.856	
	2 11-20 年	0.93	1.537		
	3 21-30 年	0.70	1.074		
	4 31 年以上	1.04	1.471		

(續下頁)

表 21

地政士年資對休閒參與 ANOVA 分析摘要表 (續)

休閒參與		每週平均參與次數	標準差	F 值	雪費事後檢定
A10 爬山	1 10 年以下	0.78	1.076	1.319	
	2 11-20 年	0.93	1.097		
	3 21-30 年	0.68	1.099		
	4 31 年以上	1.08	2.187		
A11 跑步	1 10 年以下	1.42	1.676	4.814*	
	2 11-20 年	1.12	1.563		
	3 21-30 年	0.71	.962		
	4 31 年以上	0.82	1.699		
A12 騎自行車	1 10 年以下	0.92	1.232	1.050	
	2 11-20 年	1.10	1.724		
	3 21-30 年	0.74	1.270		
	4 31 年以上	1.06	1.983		
A13 看電影	1 10 年以下	0.74	0.730	5.064*	
	2 11-20 年	0.62	0.733		
	3 21-30 年	0.45	0.705		
	4 31 年以上	0.39	0.492		
A14 打球	1 10 年以下	0.53	0.746	2.354*	
	2 11-20 年	0.54	0.847		
	3 21-30 年	0.26	0.441		
	4 31 年以上	0.44	1.312		
A15 游泳	1 10 年以下	0.39	0.738	1.923	
	2 11-20 年	0.31	0.630		
	3 21-30 年	0.42	1.035		
	4 31 年以上	0.72	2.148		
A16 跳舞	1 10 年以下	0.18	0.382	1.533	
	2 11-20 年	0.33	0.889		
	3 21-30 年	0.27	0.975		
	4 31 年以上	0.40	1.069		

* $p < .05$

六、個人每月收入

不同個人每月收入地政士在休閒參與各項活動皆未達顯著差異，如表 22 所示。

表 22

個人每月收入對休閒參與 ANOVA 分析摘要表

	休閒參與	每週平均參與次數	標準差	F 值	雪費事後檢定
A1 看電視	1 20,000 元以下	3.14	2.568	3.151*	
	2 20,001-30,000 元	5.57	2.664		
	3 30,001-40,000 元	5.59	3.659		
	5 40,001-50,000 元	5.23	2.532		
	6 50,001-60,000 元	5.99	3.864		
	7 60,001 元以上	4.64	2.706		
	A2 上網	1 20,000 元以下	4.64		
2 20,001-30,000 元		6.19	4.079		
3 30,001-40,000 元		6.57	4.632		
5 40,001-50,000 元		5.75	2.987		
6 50,001-60,000 元		7.27	7.607		
7 60,001 元以上		6.81	6.961		
A3 看報紙		1 20,000 元以下	1.79	1.762	1.509
	2 20,001-30,000 元	3.47	2.966		
	3 30,001-40,000 元	2.99	2.668		
	5 40,001-50,000 元	3.06	2.623		
	6 50,001-60,000 元	3.41	2.595		
	7 60,001 元以上	3.59	2.910		
	A4 看書	1 20,000 元以下	3.36	3.003	
2 20,001-30,000 元		2.52	2.501		
3 30,001-40,000 元		2.54	2.330		
5 40,001-50,000 元		2.72	2.527		
6 50,001-60,000 元		3.19	3.042		
7 60,001 元以上		3.53	3.515		
A5 健行		1 20,000 元以下	2.36	3.272	1.118
	2 20,001-30,000 元	2.10	2.628		
	3 30,001-40,000 元	1.40	2.148		
	5 40,001-50,000 元	1.58	1.780		
	6 50,001-60,000 元	1.68	1.814		
	7 60,001 元以上	1.77	2.294		

(續下頁)

表 22

個人每月收入對休閒參與 ANOVA 分析摘要表 (續)

	休閒參與	每週平均參與次數	標準差	F 值	雪費事後檢定
A6 喝茶	1 20,000 元以下	3.57	3.228	0.453	
	2 20,001-30,000 元	3.37	2.980		
	3 30,001-40,000 元	3.26	2.748		
	5 40,001-50,000 元	2.78	2.590		
	6 50,001-60,000 元	3.03	3.209		
	7 60,001 元以上	3.04	2.799		
	A7 聚餐	1 20,000 元以下	1.43		
2 20,001-30,000 元		1.32	1.105		
3 30,001-40,000 元		1.56	1.392		
5 40,001-50,000 元		1.39	1.091		
6 50,001-60,000 元		1.44	1.276		
7 60,001 元以上		1.38	1.070		
A8 逛街		1 20,000 元以下	1.21	0.699	2.262*
	2 20,001-30,000 元	1.22	1.762		
	3 30,001-40,000 元	1.30	1.190		
	5 40,001-50,000 元	0.94	0.651		
	6 50,001-60,000 元	1.32	1.702		
	7 60,001 元以上	0.84	0.874		
	A9 唱歌	1 20,000 元以下	1.14	1.460	
2 20,001-30,000 元		0.87	1.016		
3 30,001-40,000 元		0.89	1.328		
5 40,001-50,000 元		0.68	0.793		
6 50,001-60,000 元		0.85	1.193		
7 60,001 元以上		1.06	1.787		
A10 爬山		1 20,000 元以下	0.93	1.817	0.260
	2 20,001-30,000 元	0.72	1.010		
	3 30,001-40,000 元	0.82	1.172		
	5 40,001-50,000 元	0.82	1.010		
	6 50,001-60,000 元	0.83	1.190		
	7 60,001 元以上	0.94	1.591		

(續下頁)

表 22

個人每月收入對休閒參與 ANOVA 分析摘要表 (續)

	休閒參與	每週平均參與次數	標準差	F 值	雪費事後檢定
A11 跑步	1 20,000 元以下	1.00	1.414	0.432	
	2 20,001-30,000 元	1.23	1.817		
	3 30,001-40,000 元	1.04	1.358		
	5 40,001-50,000 元	0.99	1.171		
	6 50,001-60,000 元	1.12	1.619		
	7 60,001 元以上	1.27	1.738		
	A12 騎自行車	1 20,000 元以下	0.62		
2 20,001-30,000 元		0.95	1.431		
3 30,001-40,000 元		0.95	1.272		
5 40,001-50,000 元		0.81	1.495		
6 50,001-60,000 元		1.13	1.954		
7 60,001 元以上		0.95	1.387		
A13 看電影		1 20,000 元以下	0.69	0.480	0.421
	2 20,001-30,000 元	0.58	0.766		
	3 30,001-40,000 元	0.61	0.703		
	5 40,001-50,000 元	0.54	0.616		
	6 50,001-60,000 元	0.67	0.741		
	7 60,001 元以上	0.67	0.757		
	A14 打球	1 20,000 元以下	1.07	1.900	
2 20,001-30,000 元		0.50	0.651		
3 30,001-40,000 元		0.36	0.622		
5 40,001-50,000 元		0.46	0.907		
6 50,001-60,000 元		0.45	0.859		
7 60,001 元以上		0.53	0.721		
A15 游泳		1 20,000 元以下	0.14	0.363	1.946
	2 20,001-30,000 元	0.32	0.537		
	3 30,001-40,000 元	0.37	0.698		
	5 40,001-50,000 元	0.36	0.837		
	6 50,001-60,000 元	0.29	0.712		
	7 60,001 元以上	0.68	1.721		

(續下頁)

表 22

個人每月收入對休閒參與 ANOVA 分析摘要表 (續)

休閒參與		每週平均參與次數	標準差	F 值	雪費事後檢定
1	20,000 元以下	0.21	0.426	0.990	
2	20,001-30,000 元	0.34	0.993		
3	30,001-40,000 元	0.23	0.487		
5	40,001-50,000 元	0.33	1.015		
6	50,001-60,000 元	0.13	0.380		
7	60,001 元以上	0.39	1.127		

* $p < .05$

第三節 人口背景變項在休閒阻礙之差異分析

本節探討不同人口背景變項在休閒阻礙各構面的差異情形。

一、性別

不同性別地政士在休閒阻礙各構面均未達顯著差異，如表 23 所示。

表 23

性別對休閒阻礙 t 檢定分析摘要表

構面	組別	平均數	標準差	t 值	p 值
支持與愉悅	男性	2.59	0.718	0.621	.535
	女性	2.54	0.805		
知識與自信	男性	2.94	0.652	0.778	.437
	女性	2.89	0.726		
意願與興趣	男性	2.94	0.822	0.090	.929
	女性	2.93	0.906		
同好與時間	男性	2.95	0.704	1.078	.282
	女性	2.87	0.753		
場地與環境	男性	2.97	0.748	-1.791	.074
	女性	3.11	0.849		

* $p < .05$

二、年齡

不同年齡地政士在同好與時間達顯著差異，經雪費事後檢定，無顯著差異，如表 24 所示。

表 24
年齡對休閒阻礙 ANOVA 分析摘要表

構面	組別	平均數	標準差	F 值	p 值	事後檢定
支持與愉悅	1 20-29歲	2.626	0.810	1.426	.224	--
	2 30-39歲	2.603	0.780			
	3 40-49歲	2.663	0.699			
	4 50-59歲	2.445	0.730			
	5 60歲以上	2.494	0.795			
知識與自信	1 20-29歲	2.874	0.624	0.290	.885	--
	2 30-39歲	2.925	0.635			
	3 40-49歲	2.969	0.679			
	4 50-59歲	2.883	0.689			
	5 60歲以上	2.912	0.800			
意願與興趣	1 20-29歲	2.913	0.911	1.154	.331	--
	2 30-39歲	2.991	0.876			
	3 40-49歲	3.038	0.761			
	4 50-59歲	2.802	0.831			
	5 60歲以上	2.900	0.967			
同好與時間	1 20-29歲	2.802	0.744	2.995*	.019	--
	2 30-39歲	2.976	0.673			
	3 40-49歲	3.041	0.681			
	4 50-59歲	2.739	0.685			
	5 60歲以上	2.963	0.854			
場地與環境	1 20-29歲	2.967	0.700	1.336	.256	--
	2 30-39歲	3.011	0.734			
	3 40-49歲	3.144	0.780			
	4 50-59歲	3.070	0.813			
	5 60歲以上	2.886	0.925			

* $p < .05$

三、婚姻狀況

不同婚姻狀況地政士在休閒阻礙各構面均未達顯著差異，如表 25 所示。

表 25

婚姻狀況對休閒阻礙 *t* 檢定分析摘要表

構面	組別	平均數	標準差	<i>t</i> 值	<i>p</i> 值
支持與愉悅	已婚	2.569	0.749	-0.467	.641
	未婚	2.606	0.781		
知識與自信	已婚	2.956	0.684	1.361	.174
	未婚	2.860	0.655		
意願與興趣	已婚	2.974	0.843	1.017	.310
	未婚	2.884	0.882		
同好與時間	已婚	2.952	0.721	1.142	.254
	未婚	2.866	0.726		
場地與環境	已婚	3.016	0.814	-0.066	.948
	未婚	3.022	0.719		

**p*<.05

四、教育程度

不同教育程度地政士在支持與愉悅、知識與自信及同好與時間達顯著差異，經雪費事後檢定，其中在支持與愉悅部分，高中（職）>研究所。在知識與自信部分，高中（職）>大（專）學、高中（職）>研究所。在同好與時間部分，高中（職）>大（專）學，如表 26 所示。

表 26

教育程度對休閒阻礙 ANOVA 分析摘要表

構面	組別	平均數	標準差	F 值	p 值	事後檢 定
支持與愉悅	1 高中 (職)	2.738	0.757	3.643*	.027	1>3
	2 大 (專) 學	2.550	0.757			
	3 研究所	2.387	0.711			
知識與自信	1 高中 (職)	3.121	0.696	5.278*	.005	1>2
	2 大 (專) 學	2.867	0.667			1>3
	3 研究所	2.821	0.645			
意願與興趣	1 高中 (職)	3.047	0.792	0.888	.412	--
	2 大 (專) 學	2.907	0.867			
	3 研究所	2.928	0.889			
同好與時間	1 高中 (職)	3.111	0.756	4.154*	.016	1>2
	2 大 (專) 學	2.859	0.694			
	3 研究所	2.883	0.776			
場地與環境	1 高中 (職)	3.174	0.867	1.866	.156	--
	2 大 (專) 學	2.988	0.756			
	3 研究所	3.053	0.855			

* $p < .05$

五、地政士年資

不同年資的地政士在知識與自信達顯著差異，經雪費事後檢定，無顯著差異，如表 27 所示。

表 27

地政士年資對休閒阻礙 ANOVA 分析摘要表

構面	組別	平均數	標準差	F 值	p 值	事後檢定
支持與愉悅	1 10年以下	2.607	0.749	1.545	.202	--
	2 11-20年	2.581	0.744			
	3 21-30年	2.469	0.731			
	4 31年以上	2.384	0.765			
知識與自信	1 10年以下	2.934	0.634	2.644*	.049	--
	2 11-20年	2.994	0.692			
	3 21-30年	2.730	0.688			
	4 31年以上	2.934	0.766			
意願與興趣	1 10年以下	3.001	0.867	1.354	.256	--
	2 11-20年	2.959	0.807			
	3 21-30年	2.805	0.852			
	4 31年以上	2.808	0.956			
同好與時間	1 10年以下	2.953	0.702	1.751	.156	--
	2 11-20年	2.973	0.714			
	3 21-30年	2.800	0.695			
	4 31年以上	2.770	0.858			
場地與環境	1 10年以下	3.070	0.722	1.914	.127	--
	2 11-20年	3.103	0.814			
	3 21-30年	3.037	0.723			
	4 31年以上	2.800	0.979			

* $p < .05$

六、個人每月收入

不同個人每月收入地政士在同好與時間及場地與環境達顯著差異，經雪費事後檢定，同好與時間部分無顯著差異。場地與環境部分，30,001-40,000 元者 >20,001-30,000 元者，如表 28 所示。

表 28

個人每月收入對休閒阻礙 ANOVA 分析摘要表

構面	組別	平均數	標準差	F 值	p 值	事後檢定
支持與愉悅	1 20,000元以下	2.870	0.779	1.722	.128	--
	2 20,001-30,000元	2.556	0.794			
	3 30,001-40,000元	2.681	0.734			
	4 40,001-50,000元	2.528	0.801			
	5 50,001-60,000元	2.537	0.712			
	6 60,001元以上	2.423	0.713			
知識與自信	1 20,000元以下	3.082	0.844	1.483	.194	--
	2 20,001-30,000元	2.831	0.721			
	3 30,001-40,000元	2.948	0.621			
	4 40,001-50,000元	3.011	0.729			
	5 50,001-60,000元	2.958	0.571			
	6 60,001元以上	2.784	0.737			
意願與興趣	1 20,000元以下	3.100	0.897	2.011	.076	--
	2 20,001-30,000元	2.773	0.909			
	3 30,001-40,000元	3.077	0.769			
	4 40,001-50,000元	2.937	0.819			
	5 50,001-60,000元	2.997	0.875			
	6 60,001元以上	2.761	0.887			
同好與時間	1 20,000元以下	3.009	0.812	2.624*	.024	--
	2 20,001-30,000元	2.783	0.726			
	3 30,001-40,000元	3.077	0.677			
	4 40,001-50,000元	2.896	0.775			
	5 50,001-60,000元	2.975	0.621			
	6 60,001元以上	2.753	0.761			
場地與環境	1 20,000元以下	3.179	0.823	3.064*	.010	3>2
	2 20,001-30,000元	2.783	0.761			
	3 30,001-40,000元	3.231	0.664			
	4 40,001-50,000元	3.108	0.887			
	5 50,001-60,000元	2.993	0.803			
	6 60,001元以上	2.939	0.826			

* $p < .05$

第四節 人口背景變項在休閒無聊感之差異分析

本節探討不同人口背景變項在休閒無聊感的差異情形。

一、性別

不同性別地政士在休閒無聊感未達顯著差異，如表 29 所示。

表 29

性別對休閒無聊感 *t* 檢定分析摘要表

變項	組別	平均數	標準差	<i>t</i> 值	<i>p</i> 值
休閒無聊感	男性	2.822	0.889	0.291	.771
	女性	2.796	0.944		

**p*<.05

二、年齡

不同年齡地政士在休閒無聊感未達顯著差異，如表 30 所示。

表 30

年齡對休閒無聊感 ANOVA 分析摘要表

變項	組別	平均數	標準差	<i>F</i> 值	<i>p</i> 值	事後檢定
休閒無聊感	1 20-29歲	2.771	0.994	0.785	.535	--
	2 30-39歲	2.820	0.923			
	3 40-49歲	2.910	0.892			
	4 50-59歲	2.694	0.896			
	5 60歲以上	2.826	0.883			

**p*<.05

三、婚姻狀況

不同婚姻狀況地政士在休閒無聊感未達顯著差異，如表 31 所示。

表 31

婚姻狀況對休閒無聊感 *t* 檢定分析摘要表

變項	組別	平均數	標準差	<i>t</i> 值	<i>p</i> 值
休閒無聊感	已婚	2.836	0.902	0.489	.625
	未婚	2.789	0.958		

**p*<.05

四、教育程度

不同教育程度地政士在休閒無聊感未達顯著差異，如表 32 所示。

表 32

教育程度對休閒無聊感 ANOVA 分析摘要表

變項	組別	平均數	標準差	<i>F</i> 值	<i>p</i> 值	事後檢定
休閒無聊感	1 高中 (職)	2.992	0.864	2.398	.092	--
	2 大 (專) 學	2.777	0.937			
	3 研究所	2.678	0.826			

**p*<.05

五、地政士年資

不同年資的地政士在休閒無聊感未達顯著差異，如表 33 所示。

表 33

地政士年資對休閒無聊感 ANOVA 分析摘要表

變項	組別	平均數	標準差	<i>F</i> 值	<i>p</i> 值	事後檢定
休閒無聊感	1 10年以下	2.815	0.970	0.277	.842	--
	2 11-20年	2.801	0.891			
	3 21-30年	2.710	0.802			
	4 31年以上	2.758	0.898			

**p*<.05

六、個人每月收入

不同個人每月收入地政士在休閒無聊感未達顯著差異，如表 34 所示。

表 34

個人每月收入對休閒無聊感 ANOVA 分析摘要表

變項	組別	平均數	標準差	F 值	p 值	事後檢定
休閒無聊感	1 20,000元以下	2.897	0.945	0.548	.740	--
	2 20,001-30,000元	2.856	0.893			
	3 30,001-40,000元	2.830	0.895			
	4 40,001-50,000元	2.739	0.913			
	5 50,001-60,000元	2.865	0.843			
	6 60,001元以上	2.688	0.957			

* $p < .05$

第五節 休閒參與、休閒阻礙、休閒無聊感之關係情形

本節探討休閒參與、休閒阻礙、休閒無聊感之相關分析。

一、休閒參與及休閒阻礙之相關分析

在休閒參與的各活動中，A4 看書與 A15 游泳所受到的影響最為巨大，在休閒阻礙的五個構面中每一項都對看書與游泳造成負向影響。A5 健行與意願與興趣及場地與環境呈低度負相關，與此相比，A14 打球則與同兩項構面呈現中度負相關。如表 35 所示。

表 35

休閒參與及休閒阻礙之相關分析表

休閒參與	支持與愉悅	知識與自信	意願與興趣	同好與時間	場地與環境
A1 看電視	0.087	0.032	0.066	0.076	-0.011
A2 上網	0.062	-0.022	0.046	0.014	-0.041
A3 看報紙	0.049	-0.012	0.008	0.049	-0.043
A4 看書	-0.097*	-0.115*	-0.128*	-0.131*	-0.113*

(續下頁)

表 35

休閒參與及休閒阻礙之相關分析表 (續)

休閒參與	支持與愉悅	知識與自信	意願與興趣	同好與時間	場地與環境
A5 健行	-0.024	-0.032	-0.099*	-0.021	-0.095*
A6 喝茶	-0.057	-0.043	-0.082	-0.049	-0.035
A7 聚餐	0.013	0.022	0.000	0.041	0.022
A8 逛街	0.049	0.049	0.005	0.067	-0.01
A9 唱歌	0.049	0.075	0.038	0.095*	0.036
A10 爬山	-0.027	-0.039	-0.078	-0.007	-0.059
A11 跑步	0.019	0.014	-0.017	0.027	-0.06
A12 騎自行車	0.031	0.074	0.004	0.085	0.122*
A13 看電影	-0.003	-0.056	-0.071	0.019	-0.029
A14 打球	-0.071	-0.09	-0.140*	-0.061	-0.181*
A15 游泳	-0.130*	-0.133*	-0.144*	-0.126*	-0.052
A16 跳舞	0.059	0.023	0.033	0.064	0.052

* $p < .05$

二、休閒參與及休閒無聊感之相關分析

休閒參與中，A4 看書、A6 喝茶、A15 游泳與休閒無聊感呈現負相關，顯示當休閒無聊感之高低，與以上 3 種活動的參與之活絡程度相反。與此相反，A1 看電視、A16 跳舞則與休閒無聊感呈現正相關。如表 36 所示。

表 36

休閒參與及休閒無聊感之相關分析表

休閒參與	休閒無聊感
A1 看電視	0.103*
A2 上網	0.047
A3 看報紙	0.066
A4 看書	-0.113*
A5 健行	-0.029
A6 喝茶	-0.105*
A7 聚餐	0.003
A8 逛街	0.050
A9 唱歌	0.074
A10 爬山	-0.021
A11 跑步	0.044
A12 騎自行車	-0.001
A13 看電影	-0.004
A14 打球	-0.052
A15 游泳	-0.152*
A16 跳舞	0.120*

* $p < .05$

三、休閒阻礙及休閒無聊感之相關分析

休閒阻礙各構面均與休閒無聊感呈顯著相關，分別為低度或中度正相關，如表 37 所示。

表 37

休閒阻礙及休閒無聊感之相關分析表

	休閒無聊感
支持與愉悅	0.788*
知識與自信	0.546*
意願與興趣	0.653*
同好與時間	0.608*
場地與環境	0.155*

* $p < .05$



第五章 結論與建議

本研究依據研究目的、研究問題及第肆章的資料分析結果提出結論，並針對臺北市地政士公會、地政士自身，及後續研究提出休閒相關建議。結論共分為兩小節，第一小節概括討論統計結果與比較差異；第二小節則依據研究的結果，提出理論與實務建議，並且對研究限制及後續的研究方法提出意見。

第一節 結論

一、描述性統計分析

(一) 受試者：臺北市地政士人口背景分析

藉由研究結果得知：臺北市地政士人口，以男性比例較高，占 58.1%；年齡以 40-49 歲較多，占 24.2%，其次是 50-59 歲，占 23.5%；婚姻狀況以已婚人口為多，占 60.9%；教育程度以大（專）學為多，占 72.8%；地政士的平均從業年資為 15.29 年；每月收入以 60,001 元以上為多，占全體地政士的 23.9%。

(二) 地政士休閒參與現況分析

臺北市地政士的休閒參與活動中，以每週平均參與次數來計算，以上網 6.7 次為最多，看電視 5.22 次，喝茶 2.98 次，看書 2.66 次，健行 1.51 次，聚餐 1.34 次，跑步 1.09 次，逛街 1.03 次，唱歌 0.5 次，騎自行車 0.76 次，爬山 0.69 次，看電影 0.63 次，打球 0.5 次，游泳 0.32 次，跳舞 0.31 次。研究結果發現臺北市地政士參與休閒活動項目中，前四項均為靜態項目，動態休閒活動的參與程度並不積極。

與其他族群的比較，可以發現看電視、上網等大眾傳播(視聽活動)依然是最受歡迎的活動類型。在視聽活動之外，施必成(2006)、周慶和(2006)、孫謹杓(2006)與關勝方(2012)發現公家機關員工如郵局員工、學校行政人員、技專校院教師、警察則較為喜歡戶外活動，而許豐祺(2007)與賴家慶(2011)則發現到社交活動是民營企業員工如精神科醫生、空服員偏好的休閒。另外地政士對

於視聽活動以外的參與率十分低，在休閒參與上仍有很大的進步空間。

二、不同人口背景變項在休閒參與之差異情形

- (一) 根據本研究結果，男性地政士較女性同業更為投入休閒活動。已結婚之地政士會參與更多的休閒活動。高俊雄 (1999) 指出，休閒參與與來自工作及社會的壓力相關，所以當男性面對社會預期時，更傾向透過休閒活動排解壓力；而已成家者相較單身族群更承受更多壓力，故在休閒參與更為積極。
- (二) 在教育程度變項中，可發現：高中 (職) 及大 (專) 學歷地政士與研究所學歷以上地政士相比，每週看電視的頻率更高，說明高教育程度者較不喜歡將休閒時間花費在較低知性的休閒活動上。
- (三) 許吉雄 (2007) 研究古道使用者休閒效益與滿意度情形發現年紀較長的使用者在滿意度的放鬆層面較年輕使用者高。本研究由年齡與地政士年資得到相近的結果。差別之處在於族群為年齡 60 歲以上，或是地政士年資 31 年以上者者每週參與健行的比例皆高於其他族群，顯示健行受到年長者的喜愛。

三、不同人口背景變項在休閒阻礙之差異情形

- (一) 根據本研究結果，高中 (職) 學歷之地政士，在支持與愉悅、知識與自信及同好與時間等休閒阻礙構面，皆顯著大於大專及研究所學歷者。按照張玉玲 (1998) 及張秀慧 (2001) 的研究發現，大專以下學歷者對於休閒的要求較強烈，所以感知到的阻礙也較其他人更為強烈。
- (二) 本研究發現，每月收入達 30,001-40,000 元者較每月收入 20,001-30,000 元者在休閒參與的場地與環境部分感到更多阻礙。

四、不同人口背景變項在休閒無聊感之差異情形

根據本研究結果，不同人口背景變項，在休閒無聊感未達顯著差異。

五、休閒參與、休閒阻礙、休閒無聊感之關係情形

休閒參與與休閒阻礙各構面及休閒無聊感均未呈顯著相關；休閒阻礙中之支持與愉悅、知識與自信、意願與興趣、同好與時間等構面與休閒無聊感之間達到中度正相關，而場地與環境構面則與休閒無聊感具有低度正相關。

第二節 建議

本研究依據相關結論，提出以下建議：

一、對臺北市地政士的建議

(一) 地政士應多元化的參與休閒活動

曾國晃(2009)的研究指出多元化的參與對於打破懼怕運動的刻板印象有功效。甚至可以導入參與較辛苦、多技巧性的運動以加強運動動機休閒克服無聊感。本研究建議取得充足的休閒知識，如運動好處及休閒運動知識教育。整理休閒阻礙研究結果，發現最主要為場地與環境阻礙，最高阻礙因素為休閒場所太擁擠，其次為場地設施環境不好，顯示地政士在找尋休閒環境的應做出適度調整，又因為家人朋友及個人經濟狀況的阻礙程度較低，建議參加戶外團體休閒運動，以克服休閒場地與環境的限制。

(二) 對臺北市地政士公會的建議

臺北市地政士年齡層多落在 40~49 歲之間、且 40 歲以上人員佔總比例的 65.5%，屬於年齡偏高的族群。周勝方(2003)與關勝方(2012)對臺中市刑警休閒現況的研究指出，因為受測者年齡偏高，不易主動養成運動習慣，所以建議管理階層積極促進運動社團的建立以促進團隊交流及提升運動風氣。本研究因此建議臺北市地政士公會及主管相關單位，應多針對地政士辦理休閒相關活動，除了靜態的文化活動外，更能多主辦如健行或騎自行車等動態的活動，進而帶動地政士的休閒參與頻率，讓地政士能藉由參與協會規劃完善的活動中培養出

自己的興趣，無形中培養參與良好的休閒活動的習慣，進而提升生活品質及減少休閒無聊感。

(三) 對高中（職）學歷之地政士的建議

高中（職）學歷地政士相較於其他人所遇到的休閒阻礙更大。王梅香(2003)指出此現象可能是學業成就及家庭社經地位等因素所造成，然而他們也是最投入於休閒參與的族群，建議在生活中增加休閒知識，如閱讀宣揚運動好處的資料，及政府出版的各類休閒運動基礎知識。因為家人同儕能夠提供有效的支持，所以鼓勵家人好友一同參與建立良好的休閒模式都能夠減低高中（職）學歷地政士所遭遇到的休閒阻礙。

(四) 臺北市地政士之休閒無聊感程度偏高

在休閒無聊感方面，得分愈高，無聊感程度愈高，本研究休閒無聊感各題項皆高於平均分數 2.50 分，顯示在休閒無聊感方面地政士皆有偏高的感受度，無法充分運用休閒時間並獲得滿足。建議再加強休閒活動的技能，及培養更多元的興趣，才不會在休閒生活中產生無聊感。

由於休閒阻礙與休閒無聊感之間的相關性，本研究建議不止需要減低休閒阻礙的程度，更需要在心理層面降低休閒無聊感的感受，藉由降低無聊感，除了場地與環境的部分礙於現實環境無法降低，其餘各項休閒阻礙構面如支持與愉悅、知識與自信、意願與興趣、同好與時間等都能有效降低。

江彥德(2010)調查高雄柴山健行者後指出所有阻礙因素均不足以阻礙登山健行者進行登山健行活動，本研究建議可以從較不受阻礙的休閒活動如健行的推廣開始，以降低地政士的休閒無聊感。

二、對後續研究的建議

(一) 以不同的研究方法來進行臺北地政士的相關研究

本研究係以問卷方式進行量化研究，但為了使有關休閒參與、休閒阻礙與休閒無聊感感受情形，可以透過更真實且貼切地傳達受試臺北地政士之想法，

本研究建議在後續的研究中以質性或適度地加入質性的訪談部分，將地政士的實際感受更為清楚的呈現出來，預期會使相關研究具完整性，其研究結果對相關人員也更具參考價值，使建議更符合受試者的需求。

(二) 增加研究範圍與研究對象

本研究樣本之選取與研究之範圍僅局限於臺北市的地政士同仁，雖然按照 2014 年底的地政士開業資料，臺北市之地政士佔全體地政士的 14.2%，有一定的侷限性。故建議未來研究可擴大調查的範圍與對象，針對不同地區的地政士為研究對象，進一步與本研究結果相互比較，將可更清楚瞭解地政士在休閒參與、休閒阻礙與休閒無聊感之實際情形。

本研究由問卷調查所得到的樣本與全國相比在年齡上稍微年輕化，除了問卷研究法的限制外，也有臺北市年輕的地政士較多的原因，然而整體而言地政士年齡層偏高是事實，所以建議未來的研究能夠調查與探討高齡化在運動及休閒各層面上的影響。

(三) 增加研究變項

本研究僅針對休閒參與、休閒阻礙與休閒無聊感等三個變項之間的相互關係進行研究探討，然而，在地政士的工作與休閒的生活當中，造成其休閒阻礙的原因，及影響休閒無聊感的因素仍多，建議可加入不同的社會因素變項以加以探討，另外，在休閒參與的部分，本研究僅以十六類休閒活動做為區分，建議後續研究可以開放式，或者搭配網絡時代的影響，將上網部分更細分為影音類或遊戲類，提供地政士填答，藉此清楚瞭解實際參與休閒活動的項目，對應於休閒無聊感上，將可提供相關人員更具體之建議。

引用文獻

一、中文部分

中華民國體育學會 (2000)。休閒活動專書。臺北市：行政院體育委員會。

王梅香 (2003)。臺北市青少年休閒參與型態與偏差行為之研究 (未出版碩士論文)。臺北市立體育學院，臺北市。

全國法規資料庫 (2014a)。地政士法。取自全國法規資料庫網站，網址 <http://law.moj.gov.tw/Index.aspx>

全國法規資料庫 (2014b)。土地法。取自全國法規資料庫網站，網址 <http://law.moj.gov.tw/Index.aspx>

江彥德 (2009)。高雄市柴山登山健行者參與動機與阻礙因素之調查研究 (未出版碩士論文)。國立高雄師範大學，高雄市。

行政院體育委員會 (2011)。運動城市調查。臺北市：體委會。

吳文銘 (2001)。人格特質、自我娛樂能力、休閒參與及休閒滿意線性關係結構之建構與驗證 (未出版碩士論文)。國立體育大學，桃園縣。

吳佳玲 (2003)。觀光業職業婦女角色衝突、休閒阻礙與休閒活動參與之探討 (未出版碩士論文)。南華大學，嘉義縣。

吳俊瑩 (2007)。臺灣代書的歷史考察 (未出版碩士論文)。國立政治大學，臺北市。

呂建政 (1994)。展開休閒教育的幾個課題。教育研究，2 (33)，21-28。

呂淑菁 (2013)。高雄市國小一般智能資賦優異學生休閒活動參與類型、休閒阻礙與休閒無聊感之研究 (未出版碩士論文)。國立屏東教育大學，屏東縣。

李明宗 (1988)。人與休閒；遊憩學。戶外遊憩研究，2 (2)，1-12。

李枝樺 (2004)。臺中縣市國小高年級學童休閒參與、休閒阻礙與休閒滿意度之相關研究 (未出版碩士論文)。國立臺中教育大學，臺中市。

- 李美婷 (2010)。行政院各部會員工休閒態度與休閒無聊感之相關研究 (未出版碩士論文)。國立臺灣師範大學，臺北市。
- 邢慧芬 (2013)。護理人員之休閒參與、休閒阻礙及身心健康-以某醫學中心淡水院區為例 (未出版碩士論文)。臺北護理健康大學，臺北市。
- 林明芳 (2011)。精神科護理人員的工作壓力、休閒因應策略、休閒參與和身心健康關係之研究 (未出版碩士論文)。臺北護理健康大學，臺北市。
- 林芯榆 (2012)。未婚熟齡女性生活型態與休閒參與之關係研究 (未出版碩士論文)。國立東華大學，花蓮縣。
- 林思誼 (2013)。網球運動休閒阻礙階層性與協商模式之研究 (未出版碩士論文)。國立臺灣師範大學，臺北市。
- 周勝方 (2003)。影響警察工作疏離和休閒活動參與因素之研究—以臺中市警察為例 (未出版碩士論文)。朝陽科技大學，臺中市。
- 周慶和 (2006)。臺北市公立學校人事人員休閒參與及休閒阻礙之研究 (未出版碩士論文)。國立臺灣師範大學，臺北市。
- 施清發 (1999)。老人的休閒參與程度與休閒體驗中自由感、無聊感及休閒需要間之關係 (未出版碩士論文)。高雄醫學院，高雄市。
- 洪春昇 (2012)。警察人員休閒參與、休閒滿意度與工作壓力相關之研究—以嘉義縣警察人員為例 (未出版碩士論文)。國立體育大學，桃園市。
- 許豐祺 (2006)。北部技專校院教師休閒需求、休閒參與及滿意度之研究 (未出版碩士論文)。國立臺灣師範大學，臺北市。
- 翁宗慶 (2008)。國軍義務役士官兵休閒態度、休閒需求、休閒參與及休閒滿意度之研究—以臺灣本島及金門外島為例 (未出版碩士論文)。銘傳大學，臺北市。
- 高俊雄 (1994)。休閒參與體驗行程之分析。戶外遊憩研究，6 (4)，1-12。
- 高俊雄 (1999)。臺灣地區居民休閒參與之研究—自由時間的觀點。臺北市：桂魯。
- 高樹藩 (2003)。正中形音義綜合大字典。臺北市：正中書局。

- 張少熙 (1994)。青少年自我概念與休閒活動傾向及其阻礙因素之研究 (未出版碩士論文)。國立臺灣師範大學，臺北市。
- 張玉玲 (1998)。大學生休閒內在動機、休閒阻礙與其休閒無聊感及自我統合之關係研究 (未出版碩士論文)。國立高雄師範大學，高雄市。
- 張秀慧 (2001)。國中生刺激尋求動機、休閒意願、休閒無聊感與偏差行為之相關研究 (未出版碩士論文)。國立高雄師範大學，高雄市。
- 張俊一、許建民 (2012)。原住民老年人的休閒參與及休閒阻礙。體育學報，45 (3)，247-260。
- 張春興 (1983)。心理學。臺北市：東華書局。
- 張澤君 (2011)。臺北市高中職軍訓教官工作壓力與休閒參與之研究 (未出版碩士論文)。國立臺灣師範大學，臺北市。
- 梁鴻鑑 (2013)。醫療單位工作人員休閒覺知自由、休閒無聊感與休閒利益之探討 (未出版碩士論文)。明新科技大學，新竹市。
- 許建民 (1999)。休閒活動形式與國小學童知覺能力、自我概念關係之研究 (未出版碩士論文)。國立體育大學，桃園縣。
- 許吉雄 (2007)。臺北市天母古道使用者休閒效益與滿意度之研究 (未出版碩士論文)。國立臺北教育大學，臺北市。
- 許建民 (2001)。國小學童休閒內在動機、休閒知覺自由與休閒無聊感關係之研究。體育學報，31，115-124。
- 許義雄 (1980)。休閒的意義、內容及方法。體育學報，2，27-28。
- 連婷治 (1998)。臺北縣國小教師休閒態度與休閒參與之相關研究 (未出版碩士論文)。國立新竹教育大學，新竹市。
- 陳淑湘 (1999)。青少年休閒生活與偏差行為之相關研究：休閒同儕關係、休閒活動選擇與休閒無聊感之形態分析 (未出版碩士論文)。靜宜大學，臺中市。
- 陳南琦 (2000)。青少年休閒無聊感與休閒阻礙、休閒參與及休閒滿意度相關研究 (未

- 出版碩士論文)。國立體育大學，臺中市。
- 陳冠惠 (2003)。青少年生活型態、休閒態度與休閒參與之相關研究(未出版碩士論文)。國立雲林科技大學，雲林縣。
- 陳靖宜 (2004)。桃園地區國民中學教師休閒阻礙、休閒滿意度與休閒無聊感之研究(未出版碩士論文)。銘傳大學，臺北市。
- 黃立賢 (1996)。專科學生休閒興趣相關因素之研究(未出版碩士論文)。國立高雄師範大學，高雄市。
- 黃章展 (2002)。休閒阻礙階層模型的探討—量化實證研究。國科會九十三年度專題研究計畫成果報告書。NSC90-241-H-126-001-SSS。
- 曾國晃 (2009)。南投縣國小女教師性別刻板印象與休閒運動關係之研究(未出版碩士論文)。國立中興大學，臺中市。
- 楊宏志 (1989)。遊客行為與森林遊樂經營管理之研究—以臺北縣市民旅遊阻礙為例(未出版碩士論文)。國立臺灣大學，臺北市。
- 楊敏玲 (1996)。無聊與青少年偏差休閒行為。測驗與輔導，137，2830-2833。
- 楊馥如 (2011)。新北市國小教師生活型態、休閒參與及幸福感關係之研究(未出版碩士論文)。國立臺灣師範大學，臺北市。
- 孫謹杓 (2006)。北部技專校院教師休閒需求、休閒參與及滿意度之研究(未出版碩士論文)。國立臺灣師範大學，臺北市。
- 董治國 (2012)。內政部入出國及移民署外事專勤人員休閒參與及休閒阻礙之研究—以專勤事務第一大隊為例(未出版碩士論文)。國立臺東大學，臺東縣。
- 詹惠吟 (2014)。職場女性藉由休閒參與創造第二專長之偏好研究(未出版碩士論文)。國立中央大學，桃園市。
- 趙善如 (1995)。我不要黯淡無光的青春—談青少年的休閒輔導。學生輔導，39，92-97。
- 劉佩佩 (1999)。未婚女性休閒生活之研究(未出版碩士論文)。國立高雄師範大學，高雄市。

蔡尚正 (1979) 。土地登記代理人制度之研究 (未出版碩士論文) 。國立政治大學，臺北市。

鄭明興 (2011) 。觀光行政人員工作壓力、休閒參與及工作滿意度之相關研究—以移民署國境事務大隊移民官為例 (未出版碩士論文) 。國立高雄應用科技大學，高雄市。

賴家慶 (2011) 。空服員休閒參與、工作壓力及幸福感之研究—以長榮航空公司為例 (未出版碩士論文) 。國立臺灣師範大學，臺北市。

謝政諭 (1989) 。休閒活動的理論與實際—民生主義的臺灣經驗。臺北市：幼獅文化。

簡新添 (2013) 。臺北市天母古道登山健行者休閒參與行為、參與動機及休閒滿意度之研究 (未出版碩士論文) 。國立臺灣師範大學，臺北市。

魏家弘 (1995) 。臺灣土地所有權概念的形成功過—從業到所有權 (未出版碩士論文) 。國立臺灣大學，臺北市。

羅明訓 (1999) 。桃園縣國小六年級學生休閒活動之調查研究 (未出版碩士論文) 。國立臺中教育大學，臺中市。

關勝方 (2011) 。臺中市刑事警察休閒運動參與及休閒運動阻礙之研究 (未出版碩士論文) 。國立臺灣師範大學，臺北市。

二、英文部分

Alexandris, K., Carroll, B. (1997) . An analysis of leisure constraints based on different recreational sport participation levels : Results from a study in Greece. *Leisure Science*, 19 (1) , 1-15.

Alexandris, K., Kouthouris, C., Funk, D., & Chatzianni (2008) . Examining the relationships between leisure constraints, involvement and attitudeinal loyalty among Greek recreational skiers. *European Sport Management Quarterly*, 8 (3) , 247-264.

Brent, J. R. (1975) . On the derivation of leisure activity types-A perceptual mapping approach. *Journal of Leisure Research*, 7, 128-140.

Brightbill, C. K. (1960) . *The challenge of leisure*. Englewood Cliffs, N. J. : Prentice-Hall.

- Brissett, D., & Snow, R. P. (1993) . Boredom : where the future isn't. *Symbolic Interaction*, 16, 237-256.
- Caldwell, L. L., & Smith, E. A. (1995) . Health behavior of leisure alienated youth. *Loisir et Societe*, 18 (1) , 143-156.
- Crawford, D., & Godbey, G. (1987) . Reconceptualizing barriers to family leisure . *Leisure Sciences*, 9, 123-124.
- Crawford, D., Jackson, E., & Godbey, G. (1991) . A hierarchical model of leisure constraints. *Leisure Sciences*, 13, 313.
- Edington, C. R., Compton, D. M., & Hanson, C. J. (1980) . *Recreation and leisure programming : A Guide for the professional*. Philadelphia : Saundress College.
- Farmer, R., & Sundberg, D. (1986) . Boredom proneness : The development and correlates of a new scale. *Journal of Personality Assessment*, 50, 4-17.
- Francken, D. A., & Van Raajj, W. F. (1981) . Satisfaction with leisure time activities. *Journal of Leisure Research*, 13, 337-352.
- Geiwitz, P. J. (1966) . Structure of boredom. *Journal of Personality and Social sychology*, 3, 592-600.
- Godbey, G. C. (1985) . Nonuse of public leisure services : A model. *Journal of Park and Recreation Administration*, 3 (2) , 1-13.
- Godbey, G. C. (1994) . *Leisure in your life : An exploration*. State College, Pennsylvania, Venture Publishing Inc.
- Grazia, S. d. (1962) . *Of time, work and leisure*. New York : The Twentieth Century Fund.
- Hamilton, J. A., Haier, R. J., & Buchsbaum, M. S. (1984) . Intrinsic enjoyment and boredom coping scales : Validation with personality, evoked potential, and attention measures. *Personality and Individual Differences*, 5, 183-193.
- Iso-Ahola, S. E., & Crowley, E. D. (1991) . Adolescent substance abuse and leisure boredom. *Journal of Leisure Research*, 23 (2) , 260-271.

- Iso-Ahola, S. E., & Weissinger, E. (1990) . Perception of boredom in leisure : conceptualization, reliability and validity of the leisure boredom scale. *Journal of Leisure Research*, 22, 1-17.
- Iso-Ahola. S. E., & Weissinger, E. (1987) . Leisure and boredom. *Journal of social and clinical psychology*, 5 (3) , 356-364.
- Jackson E. L., Crawford D. W., & Godbey G. (1993) . Negotiation of leisure constraints. *Leisure Science*, 15 (1) , 1-11.
- Jackson, E. L. (2000) . Will research on leisure constraints still be relevant in the twenty-first century. *Journal of Leisure Research*, 32 (1) , 62-68.
- Kando, T. M. (1980) . *Leisure and popular culture in transition*. St. Louis, MO : The CV Mosby Company.
- Larson, R. W., & Richards, M. H. (1991) . Daily companionship in late childhood and early adolescence : Changing developmental contexts. *Child Development*, 62, 284-300.
- Nash, J. (1953) . *Philosophy of recreation and leisure* . Dubuque, IA : William C . Brown.
- O'Hanlon, J. F. (1981) . Boredom : Practical consequences and a theory. *Acta Psychologica*, 49, 53-82.
- Perkin, R. E., & Hill, A. B. (1985) .Cognitive and affective aspects of boredom. *The British Psychological Society*, 76 (2) ,221-234.
- Ragheb, M . G . (1980) . Interrelation ships among leisure participation, leisure satisfaction and leisure attitudes. *Journal of Leisure Research*, 12 (2) , 138-149.
- Ragheb, M. G., & Griffith, C. A. (1982) . The contribution of leisure participation and leisure satisfaction of older persons. *Journal of Leisure Research*, 14 (4) , 295-306.
- Raymore, L., Godbey, G., Crawford, D., & Von Eye, A. (1993) . Nature and process of leisure constraints : an empirical test. *Leisure Sciences*, 15, 99-113.
- Scott, D. (1991) . The problematic nature of participation in contract bridge-A qualitative study of group-related constraints. *Leisure Science*, 13 (4) , 321-336.

Vodanovich, S. J., Verner, K. M., & Gilbride, T. V. (1991) . Boredom proneness : Its relationship between positive and negative affect. *Psychological Reports*, *69*, 1139-1146.

Weissinger, E., & Caldwell, L. L., & Bandalos, D. L. (1992) . Relation between intrinsic motivation and boredom in leisure time. *Leisure Science*, *14*, 329-341.

Zuckerman, M. (1979) . *Sensation seeking : Beyond the optimal level of arousal*. Hillsdale, NJ: Erlbaum.



附錄

附錄一 調查問卷 (預試)

親愛的朋友，您好：

本份問卷主要想瞭解您對於休閒相關問題的一些看法，問卷僅供學術研究之用，採匿名方式作答，敬請放心填答，由衷感謝您。

敬祝 身體健康

臺灣師範大學運動休閒與餐旅管理研究所 指導教授：朱文增

研究生：彭秀梅 敬上

第一部分：請根據您的印象，選擇最接近您狀況的選項打勾或填寫。

在最近一年內，對於下列各項休閒活動平均每週參與的次數	不曾參與	每週一次及以下	每週平均參與
1.看電視	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	_____次
2.上網	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	_____次
3.看報紙	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	_____次
4.看書	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	_____次
5.健行	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	_____次
6.喝茶	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	_____次
7.聚餐	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	_____次
8.逛街	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	_____次
9.唱歌	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	_____次
10.爬山	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	_____次
11.跑步	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	_____次
12.騎自行車	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	_____次
13.看電影	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	_____次
14.打球	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	_____次
15.游泳	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	_____次

16.跳舞	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	_____次
17.其它_____	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	_____次

第二部分：此部分主要想瞭解您在參與休閒活動時會遇到的阻礙因素，請在您認為最適當的選項打勾。

	非常同意	同意	普通	不同意	非常不同意
1.對於要參加的活動沒有自信	<input type="checkbox"/>				
2.同好住太遠	<input type="checkbox"/>				
3.我沒有時間	<input type="checkbox"/>				
4.需要的技術或知識不足	<input type="checkbox"/>				
5.同好交通不方便	<input type="checkbox"/>				
6.場地、設施的環境不好	<input type="checkbox"/>				
7.覺得不自在	<input type="checkbox"/>				
8.同好也不太從事休閒活動	<input type="checkbox"/>				
9.我的交通不方便	<input type="checkbox"/>				
10.身體狀況不佳	<input type="checkbox"/>				
11.同好沒時間	<input type="checkbox"/>				
12.我的休閒資訊不足	<input type="checkbox"/>				
13.體力不夠	<input type="checkbox"/>				
14.同好要陪伴他家人	<input type="checkbox"/>				
15.休閒花費太高	<input type="checkbox"/>				
16.沒興趣	<input type="checkbox"/>				
17.同好沒有足夠技術或知識	<input type="checkbox"/>				
18.我住太遠	<input type="checkbox"/>				
19.打斷日常生活作息	<input type="checkbox"/>				
20.朋友不支持	<input type="checkbox"/>				
21.不知道去哪裡從事休閒活動	<input type="checkbox"/>				
22.害怕受傷	<input type="checkbox"/>				
23.家人不支持	<input type="checkbox"/>				
24.休閒場所太擁擠	<input type="checkbox"/>				
25.懶得去活動，還要花時間	<input type="checkbox"/>				
26.要照顧家人	<input type="checkbox"/>				

27.我的工作繁忙	<input type="checkbox"/>				
28.沒有成就感	<input type="checkbox"/>				
29.找不到人一起參與休閒活動	<input type="checkbox"/>				
30.與其他參與者相處不融洽	<input type="checkbox"/>				
31.周遭大多不愛出來參加活動	<input type="checkbox"/>				
32.不會讓我感到快樂	<input type="checkbox"/>				
33.沒有人約我	<input type="checkbox"/>				
34.不喜歡和陌生人活動	<input type="checkbox"/>				
35.我的朋友沒有足夠的金錢，無法和我一起參加休閒活動	<input type="checkbox"/>				
36.個性內向	<input type="checkbox"/>				

第三部分：此部分主要想瞭解您對於休閒無聊感的一些看法，請在您認為最適當的選項打勾。

	非常同意	同意	普通	不同意	非常不同意
1.對我而言，休閒時間真是漫長、難熬	<input type="checkbox"/>				
2.在休閒時間裡，我很投入我所做的事	<input type="checkbox"/>				
3.休閒時間很無聊	<input type="checkbox"/>				
4.如果我現在能有一筆不錯的退休收入，我的退休生活將會有很多有趣的事情可做	<input type="checkbox"/>				
5.在休閒時間裡，我感覺自己好像只是在原地打轉無法脫離舊的模式	<input type="checkbox"/>				
6.在休閒時間裡，我通常不喜歡我所做的事，但我也不知道還有什麼事可做	<input type="checkbox"/>				
7.在休閒時間裡，我覺得精神抖擻，充滿動力	<input type="checkbox"/>				
8.休閒經驗是我生活品質中的一個重要部分	<input type="checkbox"/>				
9.在休閒時間裡，我對於自己從事的休閒活動總是感到很興奮	<input type="checkbox"/>				

(續下頁)

	非常同意	同意	普通	不同意	非常不同意
10.在休閒時間，我有想要做些什麼，但不知道到底想做些什麼事情	<input type="checkbox"/>				
11.在我的休閒時間裡，我大部分的時間都在睡覺	<input type="checkbox"/>				
12.我喜歡去嘗試一些過去我未曾嘗試的休閒活動	<input type="checkbox"/>				
13.在休閒時間裡，我非常活躍	<input type="checkbox"/>				
14.目前我所從事的休閒活動，無法使我感到有趣	<input type="checkbox"/>				
15.我沒有太多的休閒活動技能	<input type="checkbox"/>				
16.在我的休閒時間裡，我總是有事情做	<input type="checkbox"/>				

第四部分：基本資料

1.性別：

- 男性 女性

2.年齡：

- 20-29歲 30-39歲 40-49歲
 50-59歲 60歲以上

3.婚姻狀況：

- 已婚 未婚 其他

4.教育程度：

- 高中(職) 大(專)學 研究所

5.地政士年資：_____年

6.個人每月收入：

- 20,000元以下 20,001-30,000元 30,001-40,000元
 40,001-50,000元 50,001-60,000元 60,001元以上

附錄二 調查問卷 (正式)

親愛的朋友，您好：

本份問卷主要想瞭解您對於休閒相關問題的一些看法，問卷僅供學術研究之用，採匿名方式作答，敬請放心填答，由衷感謝您。

敬祝 身體健康

臺灣師範大學運動休閒與餐旅管理研究所 指導教授：朱文增

研究生：彭秀梅 敬上

第一部分：請根據您的印象，選擇最接近您狀況的選項打勾或填寫。

在最近一年內，對於下列各項休閒活動平均每週參與的次數	不 曾 參 與	每 週 一 次 及 以 下	每 週 平 均 參 與
1.看電視	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	_____次
2.上網	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	_____次
3.看報紙	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	_____次
4.看書	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	_____次
5.健行	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	_____次
6.喝茶	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	_____次
7.聚餐	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	_____次
8.逛街	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	_____次
9.唱歌	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	_____次
10.爬山	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	_____次
11.跑步	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	_____次
12.騎自行車	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	_____次
13.看電影	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	_____次
14.打球	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	_____次
15.游泳	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	_____次
16.跳舞	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	_____次

第二部分：此部分主要想瞭解您在參與休閒活動時會遇到的阻礙因素，請在您認為最適當的選項打勾。

	非常同意	同意	普通	不同意	非常不同意
1. 對於要參加的活動沒有自信	<input type="checkbox"/>				
2. 同好住太遠	<input type="checkbox"/>				
3. 我沒有時間	<input type="checkbox"/>				
4. 需要的技術或知識不足	<input type="checkbox"/>				
5. 同好交通不方便	<input type="checkbox"/>				
6. 場地、設施的環境不好	<input type="checkbox"/>				
7. 覺得不自在	<input type="checkbox"/>				
8. 同好也不太從事休閒活動	<input type="checkbox"/>				
9. 我的交通不方便	<input type="checkbox"/>				
10. 身體狀況不佳	<input type="checkbox"/>				
11. 同好沒時間	<input type="checkbox"/>				
12. 我的休閒資訊不足	<input type="checkbox"/>				
13. 同好要陪伴他家人	<input type="checkbox"/>				
14. 休閒花費太高	<input type="checkbox"/>				
15. 沒興趣	<input type="checkbox"/>				
16. 同好沒有足夠技術或知識	<input type="checkbox"/>				
17. 我住太遠	<input type="checkbox"/>				
18. 打斷日常生活作息	<input type="checkbox"/>				
19. 朋友不支持	<input type="checkbox"/>				
20. 不知道去哪裡從事休閒活動	<input type="checkbox"/>				
21. 害怕受傷	<input type="checkbox"/>				
22. 家人不支持	<input type="checkbox"/>				
23. 休閒場所太擁擠	<input type="checkbox"/>				
24. 懶得去活動，還要花時間	<input type="checkbox"/>				
25. 沒有成就感	<input type="checkbox"/>				

(續下頁)

	非常同意	同意	普通	不同意	非常不同意
26.找不到人一起參與休閒活動	<input type="checkbox"/>				
27.與其他參與者相處不融洽	<input type="checkbox"/>				
28.周遭大多不愛出來參加活動	<input type="checkbox"/>				
29.不會讓我感到快樂	<input type="checkbox"/>				
30.沒有人約我	<input type="checkbox"/>				
31.不喜歡和陌生人活動	<input type="checkbox"/>				
32.我的朋友沒有足夠的金錢，無法和我一起參加休閒活動	<input type="checkbox"/>				

第三部分：此部分主要想瞭解您對於休閒無聊感的一些看法，請在您認為最適當的選項打勾。

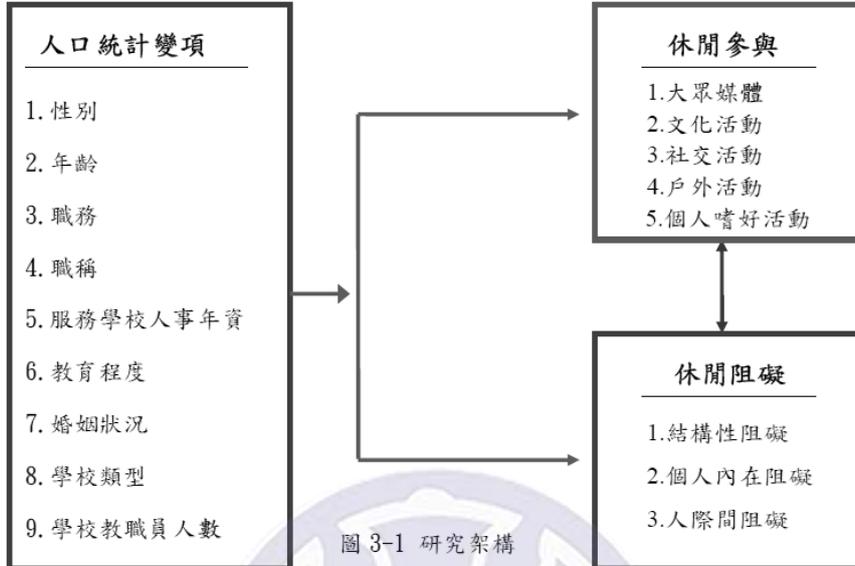
	非常同意	同意	普通	不同意	非常不同意
1.對我而言，休閒時間真是漫長、難熬	<input type="checkbox"/>				
2.在休閒時間裡，我無法投入在我做的事情	<input type="checkbox"/>				
3.休閒時間很無聊	<input type="checkbox"/>				
4.目前我所從事的休閒活動，無法使我感到有趣	<input type="checkbox"/>				
5.在休閒時間裡，我感覺自己好像只是在原地打轉無法脫離舊的模式	<input type="checkbox"/>				
6.在休閒時間裡，我通常不喜歡我所做的事，但我也不知道還有什麼事可做	<input type="checkbox"/>				
7.在休閒時間裡，我覺得無精打彩，毫無動力	<input type="checkbox"/>				
8.休閒經驗對我的生活品質不重要	<input type="checkbox"/>				
9.我沒有太多的休閒活動技能	<input type="checkbox"/>				

(續下頁)

附錄三 相關文獻之研究架構

一、休閒參與、休閒阻礙

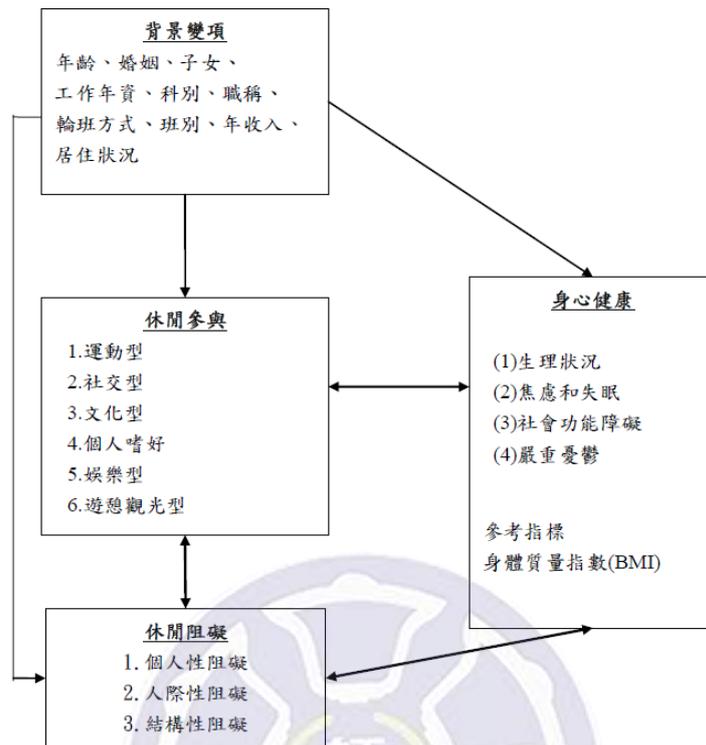
周慶和 (2006) 臺北市公立學校人事人員休閒參與及休閒阻礙之研究



董治國 (2012) 內政部入出國及移民署外事專勤人員休閒參與及休閒阻礙之研究—以專勤事務第一大隊為例

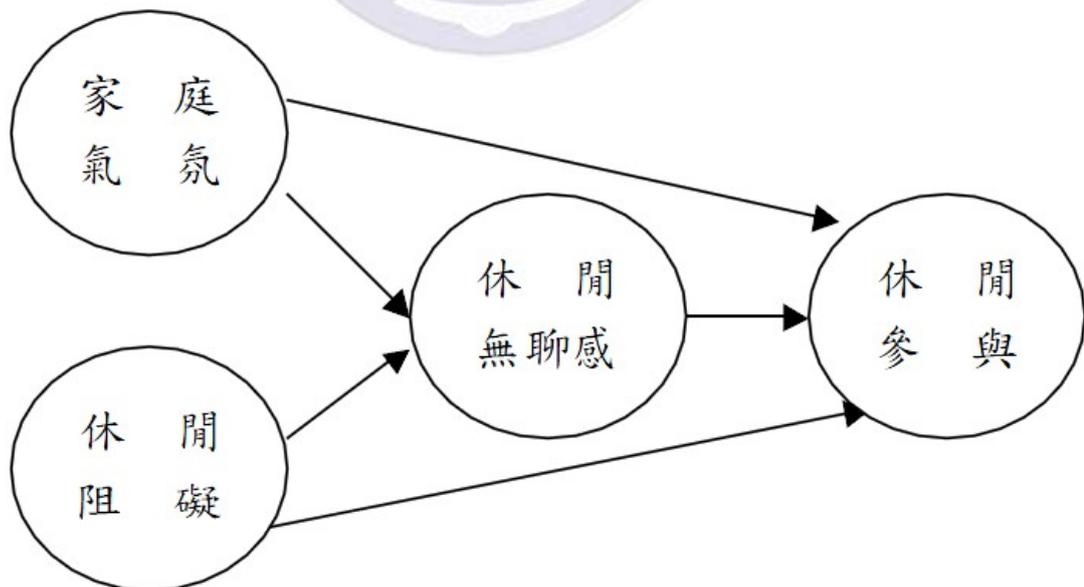


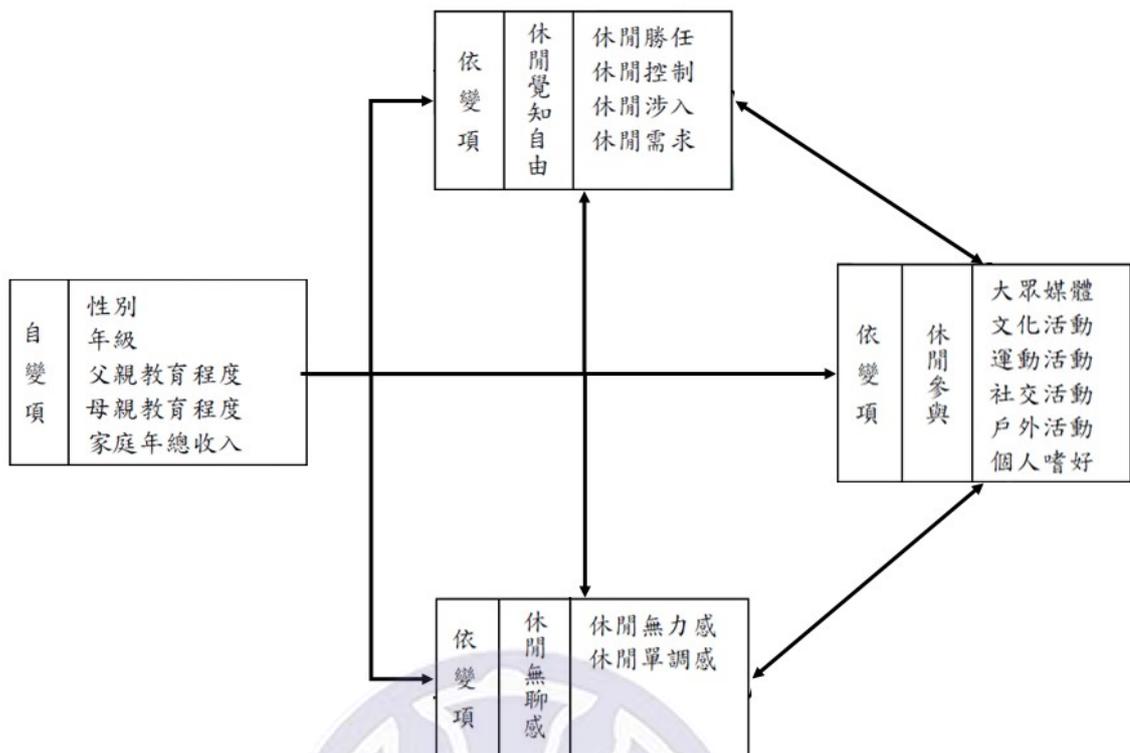
邢慧芬 (2013) 護理人員之休閒參與、休閒阻礙及身心健康-以某醫學中心淡水院區為例



二、休閒參與、休閒無聊感

林晉宇 (2002) 偏遠地區青少年休閒無聊感及休閒參與之研究



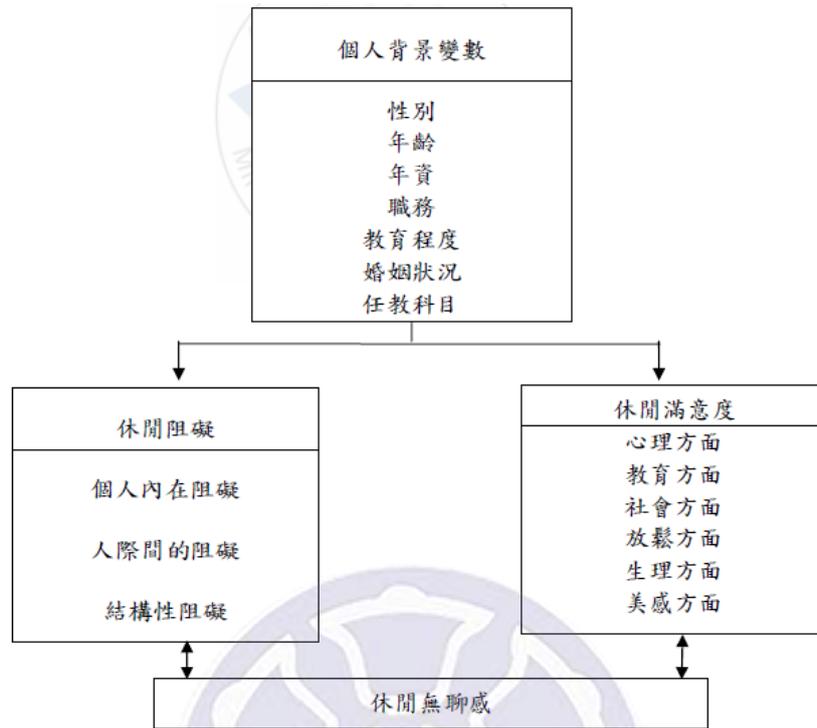


二、休閒阻礙、休閒無聊感

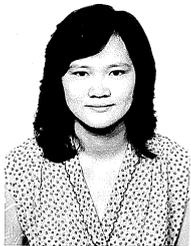
陳南琦 (2000) 青少年休閒無聊感與休閒阻礙、休閒參與及休閒滿意度之相關研究



陳靖宜(2004) 桃園地區國民中學教師休閒阻礙、休閒滿意度與休閒無聊感之研究



附錄四 地政士相關執照

 中華民國 發給機關： 七年十二月二十日	備註	核准日期 登期號	事務所 地址	梅 香 彭	持用人 姓名
	本登記卡有效期間自發給之日起至民國七十四年六月卅日止逾期作廢。	七十 年 十二 月 二十 日 字 號 54351	中山 縣 鄉市 鎮區 民權東路 巷 段 弄 59 號 樓 電 話 5981585 5981588	女 48 年 8 月 30 日 戶籍 省 市 縣 市 縣 市 區 市 鎮 鄉 長安村(里) 民權路 巷 段 弄 鄰 59 號 弄 2 樓	性別 出生 年月 籍貫 戶籍 居住 所 身分證 統一 編號 J >> 0511336

代理人申辦土地登記案件專業人員登記卡



土地登記專業代理人證書

(81) 台內地登字第 08491 號

彭秀梅 民國四十八年八月三十日生 女性 臺灣省新竹縣人 請領證書核與土地登記專業代理人管理辦法相符合行發給證書 此證

內政部部长

吳伯雄

地政司司长

王春象

中華民國八十一年



日



臺北市土地登記專業代理人開業執照

(85) 北市地字 0109 號

據 彭秀梅 土地登記專業代理人申請開業登記經核與土地登記專業代理人管理辦法相符合准予登記特發給開業執照

登記事項

一、姓名：彭秀梅

二、出生年月日：48年8月30日

三、事務所名稱：青年土地登記專業代理人事務所

四、事務所地址：台北市松江路二九三之六〇一號

五、其他執業縣市：空 白

六、共同執業之專業代理人：空 白



台北市政府
地政處處長
許仁舉

中華民國



月 廿五 日

No 002002



103 年地政士公會識別證
台北市 會員：彭秀梅
會籍編號：1128

中華民國地政士公會全國聯合會 印製

台北市地政士開業執照

(95)北市地士字第 001727 號(補發)

姓名：彭秀梅

性別：女

出生日期：民國 48 年 08 月 30 日

國民身分證統一編號：J220511336

頒照依據：地政士法第 7 條

有效期限：至民國 103 年 04 月 23 日止

事務所名稱：青年地政士事務所

事務所地址：台北市中山區松江路 293-403 號

延長有效期限加註欄：



有效期限 核准日期及字號	核章	有效期限 核准日期及字號	核章
107年4月23日		年 月 日	
102年12月4日府地開字 第10233578600號			

市長郝龍斌



中華民國 99 年 04 月 26 日

Taipei City Land Administration Agent Practicing License

Name : PENG, HSIU-MEI

Sex : F

Date Of Birth : August 30, 1959

I. D. No. : J220511336

The applicant is a legal holder of Land Administration Agent Certificate, which is proven to be in conformity with the laws and regulations relating to Land Administration Agent. A Land Administration Agent Practicing License shall be issued. This license is valid for 4 years, and an extension remark may be added to this license upon expiry.

Mayor

Date of Issuance : April 26, 2010

Printing Serial No. (印製編號) : A03144

A 03144