

第四章 研究結果與討論

本章說明研究之結果與討論，共分為四個小節。第一節敘述研樣本資料分析結果；第二節說明「人格特質」與「休閒參與」相關分析；第三節說明「人格特質」與「休閒阻礙」相關分析；第四節敘述「休閒阻礙」與「休閒參與」相關分析。

第一節 基本資料分析

壹、樣本基本資料

本研究之樣本基本資料為：性別與年齡。有效樣本經過統計分析，男性為148人，占全樣本比例41.34%；女性為210人，占全樣本比例58.65%。年齡層20到29歲為161人，占全樣本比例44.97%；年齡層30到39歲為122人，占全樣本比例34.07%；年齡層40到49歲為45人，占全樣本比例12.56%；年齡層50歲以上為30人，占全樣本比例8.37%。茲以表4-1-1說明如下。

表4-1-1 樣本基本資料表

	基本資料	人數	占全樣本比例(%)
性別：	男性	148	41.34
	女性	210	58.66
年齡層：	20-29	161	44.97
	30-39	122	34.08
	40-49	45	12.57
	50以上	30	8.38

貳、樣本量表得分情形

本研究量表有三：「休閒參與量表」、「人格特質量表」、「休閒阻礙量表」。

統計分析結果分別敘述如下：

一、「休閒參與量表」

「休閒參與量表」有情感部分(希望參與)與行為部分(實際參與)，區分休閒為五大類：運動冒險性休閒、知識藝術性休閒、社交服務性休閒、娛樂遊憩性休閒、閒意放鬆性休閒。研究樣本經統計分析結果以表4-1-2表示，較為特別的發現是：(一)基本資料分析希望參與程度皆比實際參與程度得分為高，更進一步作t考驗，結果如表4-1-3，希望參與和實際參與達顯著差異。此顯示休閒活動是大眾「喜歡」參與的，而「實際參與」和「希望參與」之間存有落差，此也顯示「休閒阻礙」存在之可能性。(二)「娛樂遊憩性休閒」在希望參與與實際參與上都比其他類休閒活動來的高，此顯示了台北市成年人特別的休閒偏好。

表4-1-2 「休閒參與量表」分析摘要表

		樣本數	平均數	標準差	變異數
運動冒險性	希望	358	2.43	.69	.48
	休閒 實際	358	1.79	.56	.32
知識藝術性	希望	358	2.64	.65	.43
	休閒 實際	358	2.25	.58	.34
社交服務性	希望	358	2.57	.59	.35
	休閒 實際	358	2.20	.54	.29
娛樂遊憩性	希望	358	3.05	.63	.39
	休閒 實際	358	2.79	.63	.40
閒意放鬆性	希望	358	2.53	.69	.48
	休閒 實際	358	2.13	.60	.36

(休閒參與量表採四點尺度計分，1=不曾參與；2=很少參與；3=有時參與；4=經常參與。)

表4-1-3 希望參與和實際參與差異之t考驗分析表

休閒參與類別	平均數	標準差	自由度	t 值
希望參與-實際參與	.41	.37	357	20.77**

**p<.01 (休閒參與量表採四點尺度計分，1=不曾參與；2=很少參與；3=有時參與；4=經常參與。)

二、「人格特質量表」

「人格特質量表」區分為五大類：神經性、外向性、開放性、友善性、嚴

謹性，研究樣本經統計分析，結果發現樣本「神經性」特質得分比其他特質來的低。茲將結果製表4-1-4作說明。

表4-1-4 「人格特質量表」分析摘要表

人格特質	樣本數	平均數	標準差	變異數
神經性	358	2.18	.47	.22
外向性	358	2.85	.43	.18
開放性	358	3.06	.43	.18
友善性	358	2.95	.37	.14
嚴謹性	358	2.90	.45	.21

(人格特質量表採四點尺度計分，得分愈高代表該特質程度愈高。)

三、「休閒阻礙量表」

「休閒阻礙量表」區分為三類：個人內在阻礙、人際間阻礙、結構性阻礙，研究樣本經統計分析，由表4-1-5結果發現「個人內在阻礙」與「人際間阻礙」較「結構性阻礙」低，而休閒阻礙總平均是2.74。

表4-1-5 「休閒阻礙量表」分析摘要表

休閒阻礙	樣本數	平均數	標準差	變異數
個人內在阻礙	358	2.69	.51	.26
人際間阻礙	358	2.35	.61	.37
結構性阻礙	358	3.06	.49	.24
休閒阻礙總平均	358	2.74	.37	.14

(休閒阻礙量表採四點尺度計分，得分愈高代表阻礙程度愈高。)

參、背景變項在人格特質上之差異

一、性別

樣本資料經獨立樣本 t 檢定分析，結果發現性別與「人格特質」之差異上，男性與女性在諸多人格特質上並無顯著差異，惟有在「友善性」人格特質上具有顯著差異。不同性別在「人格特質」之比較如表4-1-6。

表4-1-6 性別與人格特質差異分析表

	性別	平均數	標準差	自由度	t 值
神經性	男	2.15	.47	356	-1.079
	女	2.20	.47		
外向性	男	2.88	.41	356	1.419
	女	2.82	.44		
開放性	男	3.02	.42	356	-1.522
	女	3.09	.43		
友善性	男	2.88	.34	356	-3.077**
	女	3.00	.38		
嚴謹性	男	2.88	.42	356	-0.598
	女	2.91	.48		

**p<.01 (人格特質量表採四點尺度計分，得分愈高代表該特質程度愈高。)

二、年齡

本研究將背景變項年齡部分區分為四層：第一層為20至29歲；第二層為30至39歲；第三層為40至49歲；第四層為50歲以上。表4-1-7表示問卷資料作變異數分析，若顯示有差異，則進行 Scheffé 事後比較，此表說明不同年齡層在人

格特質上之差異，結果發現「神經性」特質上存有年齡上的差異，結果顯示第一年齡層（20-29歲）的樣本明顯比其他年齡層具較高的神經性特質。另「嚴謹性」特質上，30-39歲則是明顯高於20-29歲。

表4-1-7 年齡層與人格特質差異分析表

人格特質	變異來源	離均差平方和	自由度	均方	F值	事後比較(Scheffé)
神經性	組間	4.412	3	1.471	6.827**	1>2
	組內	76.248	354	.215		1>3
	全體	80.659	357			1>4
外向性	組間	1.204	3	.401	2.161	
	組內	65.722	354	.186		
	全體	66.926	357			
開放性	組間	.994	3	.331	1.781	
	組內	65.891	354	.186		
	全體	66.886	357			
友善性	組間	.150	3	4.999E	.349	
	組內	50.700	354	.143		
	全體	50.850	357			
嚴謹性	組間	4.100	3	1.367	6.778**	2>1
	組內	71.376	354	.202		
	全體	75.476	357			

**p<.01 (1=20-29歲、2=30-39歲、3=40-49歲、4=50歲以上)

肆、背景變項在休閒參與上之差異

一、性別

經過獨立樣本 t 檢定，不同性別在「休閒參與」之比較如表4-1-8，在知識藝術性與閒意放鬆性二類休閒參與上，希望、實際參與二方面都顯示女性與男性有顯著差異，而都是女性大於男性。娛樂遊憩性休閒實際參與部分則女性也顯著大於男性。

表4-1-8 性別與休閒參與差異分析表

	性別	平均數	標準差	自由度	t 值
運動冒險性	男	2.47	.63	356	.886
休閒希望參與	女	2.41	.73		
運動冒險性	男	1.85	.52	356	1.557
休閒實際參與	女	1.76	.59		
知識藝術性	男	2.52	.58	356	-2.816**
休閒希望參與	女	2.72	.68		
知識藝術性	男	2.16	.52	356	-2.458*
休閒實際參與	女	2.31	.61		
社交服務性	男	2.59	.59	356	0.544
休閒希望參與	女	2.55	.59		
社交服務性	男	2.16	.55	356	-1.100
休閒實際參與	女	2.23	.54		
娛樂遊憩性	男	3.01	.58	356	-1.181
休閒希望參與	女	3.09	.66		
娛樂遊憩性	男	2.71	.63	356	-2.082*
休閒實際參與	女	2.85	.63		
閒意放鬆性	男	2.35	.63	356	-4.173**
休閒希望參與	女	2.66	.71		
閒意放鬆性	男	1.98	.57	356	-3.805**
休閒實際參與	女	2.23	.61		

*p<.05 **p<.01 (休閒參與量表採四點尺度計分，得分愈高代表參與程度愈高。)

二、年齡

將年齡層與休閒參與作變異數分析，若顯示有差異，則進行 Scheffé 事後比較，表4-1-9分析結果顯示年齡層在「運動冒險性休閒」、「知識藝術性休閒」上無顯著差異，而「社交服務性休閒」、「娛樂遊憩性休閒」、「閒意放鬆性休閒」三部分有顯著差異，以下分別針對此三部份，作細目分析、說明。

(一)「社交服務性休閒」差異分析

將年齡層與休閒參與作變異數分析，結果顯示在「社交服務性休閒」之希望參與部分20-29歲明顯大於其他年齡層，更進一步作活動細目的變異數分析（表4-1-10），結果發現在「聊天、拜訪親友」、「聚會、聚餐」、「烤肉、野餐、露營」、「交筆友、網友、約會」休閒希望參與上，顯示出年齡層愈低希望參與程度愈高，而在「宗教、社團、服務活動」與「PUB、舞廳、酒店」上則無顯著差異。而在「社交服務性休閒」之實際參與大多無顯著差異，惟「交筆友、網友、約會」上年齡層低者實際參與程度較高，而「宗教、社會組織、服務活動」上，50歲以上者明顯參與程度高於20-29歲、30-39歲年齡層。

表4-1-9 年齡層與休閒參與差異分析表

休閒參與	變異來源	離均差平方和	自由度	均方	F值	事後比較(Scheffé)
運動冒險性休閒希望參與	組間	1.885	3	.628	1.308	
	組內	170.110	354	.481		
	全體	171.996	357			
運動冒險性休閒實際參與	組間	2.219	3	.740	2.333	
	組內	112.228	354	.317		
	全體	114.448	357			
知識藝術性休閒希望參與	組間	1.847	3	.616	1.435	
	組內	151.903	354	.429		
	全體	153.750	357			
知識藝術性休閒實際參與	組間	.764	3	.255	.742	
	組內	121.607	354	.344		
	全體	122.371	357			
社交服務性休閒希望參與	組間	10.048	3	3.349	10.215**	1>3
	組內	116.067	354	.328		1>4
	全體	126.115	357			2>4
社交服務性休閒實際參與	組間	4.099	3	1.366	4.748**	1>2
	組內	101.865	354	.288		
	全體	105.963	357			
娛樂遊憩性休閒希望參與	組間	9.780	3	3.260	8.697**	1>2
	組內	132.702	354	.375		1>3
	全體	142.482	357			1>4
娛樂遊憩性休閒實際參與	組間	5.093	3	1.698	4.265**	1>3
	組內	140.886	354	.398		
	全體	145.978	357			
閒意放鬆性休閒希望參與	組間	.638	3	.213	.434	
	組內	173.467	354	.490		
	全體	174.104	357			
閒意放鬆性休閒實際參與	組間	4.612	3	1.537	4.271**	4>2
	組內	127.424	354	.360		
	全體	132.036	357			

**p<.01 (1=20-29 歲、2=30-39 歲、3=40-49 歲、4=50 歲以上)

表4-1-10 「社交服務性休閒」細目分析摘要表

休閒參與 (希望)	F值	事後比較 (Scheffé)	休閒參與 (實際)	F值	事後比較 (Scheffé)
聊天、拜訪親友	5.269**	1>3	聊天、拜訪親友	2.283	
聚會、聚餐	6.152**	1>4 2>4	聚會、聚餐	.978	
烤肉、野餐、露營	8.148**	1>2 1>3 1>4	烤肉、野餐、露營	2.821	
交筆友、網友、約會	18.057**	1>3 1>4 2>3 2>4	交筆友、網友、約會	14.012**	1>2 1>3 1>4 2>4
宗教、社會組織、服務活動	1.145		宗教、社會組織、服務活動	4.828**	4>1 4>3
PUB、舞廳、酒店	3.300		PUB、舞廳、酒店	.426	

**p<.01 (1=20-29歲、2=30-39歲、3=40-49歲、4=50歲以上)

(二)「娛樂遊憩性休閒」差異分析

將年齡層與休閒參與作變異數分析，結果顯示在「娛樂遊憩性休閒」之希望參與部分20-29歲明顯大於其他年齡層，更進一步活動細目的變異數分析（表4-1-11），發現不論是「希望參與」或是「實際參與」只在「上網、電玩」、「逛街、購物」上存有顯著差異，差異情形則是傾向年齡層愈低參與程度愈高。

表4-1-11 「娛樂遊憩性休閒」細目分析摘要表

休閒參與 (希望)	F值	事後比較 (Scheffé)		休閒參與 (實際)	F值	事後比較 (Scheffé)	
看電視、錄影 帶、電影	1.321			看電視、錄影 帶、電影	1.105		
KTV唱歌、聽 廣播	2.754			KTV唱歌、聽 廣播	.449		
上網、電玩	21.787**	1>2	1>3 1>4 2>3 2>4	上網、電玩	26.393**	1>3 2>3 1>4 2>4	
逛街、購物	5.113**	1>2	1>4	逛街、購物	6.416**	1>2	1>3
開車兜風、旅 遊	2.246			開車兜風、旅 遊	1.939		
看演唱會、比 賽、表演	2.800			看演唱會、比 賽、表演	1.071		

**p<.01 (1=20-29歲、2=30-39歲、3=40-49歲、4=50歲以上)

(三)「閒意放鬆性休閒」差異分析

年齡層與休閒參與的變異數分析中，年齡層只與「閒意放鬆性休閒」在實際參與部分有顯著差異，因此針對實際參與部分作活動細目變異數分析（表4-1-12），發現在「種植花草、園藝、飼養小動物」之活動，50歲以上明顯參與程度高於其他年齡層。「下棋、玩牌、玩偶、模型」之活動，20-29歲明顯參與程度高於30-39歲。「家務，烹飪、DIY、裝飾等」之活動，則是40-49歲參與程度高於20-29歲。

表4-1-12 「閒意放鬆性休閒」細目分析摘要表

休閒參與(實際)	F值	事後比較(Scheffé)
種植花草、園藝、飼養小動物	6.498**	4>1 4>2 4>3
手工藝品，編織、雕塑、拼圖等	.176	
沈思、靜坐、散步、聽音樂	1.926	
下棋、玩牌、玩偶、模型	4.313**	1>2
家務，烹飪、DIY、裝飾等	5.306**	3>1
賞景、攝影	3.342	

**p<.01 (1=20-29歲、2=30-39歲、3=40-49歲、4=50歲以上)

伍、背景變項在休閒阻礙上之差異

一、性別

「休閒阻礙」分為「個人內在阻礙」、「人際間阻礙」、「結構性阻礙」。樣本資料經獨立樣本 t 檢定分析，結果發現女性在「個人內在阻礙」、「結構性阻礙」、「阻礙總分」上皆顯著大於男性，表4-1-13顯示此結果，女性的休閒阻礙普遍較男性為高。

表4-1-13 性別與休閒阻礙差異分析表

	性別	平均數	標準差	自由度	t 值
個人內在 阻礙	男	2.57	.44	356	-3.618**
	女	2.77	.53		
人際間 阻礙	男	2.29	.58	356	-1.413
	女	2.39	.63		
結構性 阻礙	男	2.98	.50	356	-2.454*
	女	3.11	.48		
休閒阻礙 總分	男	2.66	.35	356	-3.634**
	女	2.80	.38		

*p<.05 **p<.01 (休閒阻礙量表採四點尺度計分，得分愈高代表阻礙程度愈高。)

二、年齡

將年齡層與休閒阻礙作變異數分析，若有顯著差異則進行 Scheffé 事後比較，表4-1-14表示分析結果，顯示在「個人內在阻礙」方面，40-49歲與50歲以上明顯比20-29歲有較高的休閒個人內在阻礙。而「休閒阻礙總分」部分也是50歲以上顯著高於20-29歲。

表4-1-14 年齡層與休閒阻礙差異分析表

人格特質	變異來源	離均差平方和	自由度	均方	F值	事後比較(Scheffé)
個人內在 阻礙	組間	6.549	3	2.183	8.897**	3>1
	組內	86.855	354	.245		4>1
	全體	93.404	357			
人際間阻礙	組間	1.557	3	.519	1.375	
	組內	133.597	354	.377		
	全體	135.154	357			
結構性阻礙	組間	.145	3	4.835E	.196	
	組內	87.384	354	.247		
	全體	87.529	357			
休閒阻礙 總分	組間	1.820	3	.607	4.358**	4>1
	組內	49.286	354	.139		
	全體	51.106	357			

**p<.01

(1表示20-29歲、2表示30-39歲、3表示40-49歲、4表示50歲以上)

參、綜合討論

一、休閒參與

就「休閒參與量表」的統計分析結果而言，台北市成年人的休閒參與以「娛樂遊憩性休閒」為最常參與之項目，亦是其最想要參與之項目。「娛樂遊憩性休閒」細目包括：看電視、看錄影帶、看電影(MTV)、KTV唱歌、聽廣播、上網、電玩、逛街、購物、騎(開)車兜風、旅遊、看演唱會、看比賽、看表演。這可能是現代都市生活的特性，因為生活空間的狹小、閒暇時間有限，所以娛樂遊憩性休閒受到青睞。陳葦諭(2003)研究台北市基層警察休閒參與之結果也發現，台北市警察大多參與的休閒活動項目是屬於看電視、電影、聽廣播等項目，本研究亦發現此類似結果。另有研究(王福生，2003；李靜怡，2001；劉泳倫，2002)採用不同的休閒參與分類方式，其研究結果大多顯示屬於媒體類、家庭類的休閒活動是主要的參與項目，而運動類的休閒活動是最少參與的項目，此亦和本研究結果相似。

另一值得注意的現象是，各類休閒活動希望參與程度皆比實際參與程度得分為高，換句話說，想參與休閒的頻率比實際參與的頻率為低，這之間的落差可能有二個原因：(一)休閒阻礙的存在影響休閒參與；(二)休閒是個人「理想」追求的目標，在理想的狀況下，休閒參與是「愈多愈好」，似乎永遠無法滿足。

性別差異部分，知識藝術性與閒意放鬆性二類休閒參與上，實際、希望參與二方面都顯示女性與男性有顯著差異，女性高於男性。而男性在各休閒參與類別中，只有運動冒險性與社交服務性部分高於女性，但未達顯著。此男女差異現象並不明顯。

年齡差異部分，分析結果顯示20-29歲與其他年齡層較大的差異在參與「聊天、拜訪親友」、「聚會、聚餐」、「烤肉、野餐、露營」、「交筆友、網友、約會」、「逛街、購物」、「上網、電玩」、「下棋、玩牌、玩偶、模型」等休閒活動上。

此結果與一般生活印象相符，年青人的休閒活動仍傾向在「社交服務性」、「娛樂遊憩性」的休閒活動上，與年長者有較大的不同。

另50歲以上者明顯有差異的休閒活動是在「社交服務性」休閒中的「宗教、社會組織、服務活動」、「閒意放鬆性」休閒中的「種植花草、園藝、飼養小動物」上。顯示台北市年長者的休閒參與在家庭之外傾向參與宗教、服務團體；在家中則傾向種植花草、飼養小動物，年長者以此為生活休閒之樂也頗符合一般生活印象。

二、人格特質

人格特質部分分析結果發現樣本「神經性」特質平均得分比其他特質來的偏低，這與國內五大人格相關研之結果相符(沈聰益，2002；周惠莉，2002)。

性別部分，男性與女性在諸多人格特質上並無顯著差異，惟有在「友善性」人格特質上具有顯著差異，女性明顯高於男性，可能原因是文化中強調女性應表現出溫柔、體貼、為他人著想之特質，因此反應出性別的差異。

探討不同年齡層在人格特質上之差異，發現「神經性」特質上顯示20-29歲的樣本明顯比其他年齡層具較高的神經性特質，原因可能是年齡低者自我認同較不成熟，情緒容易受到他人影響、對情緒的控制力也較弱，所以顯示出神經性特質分數較高。另「嚴謹性」特質上，30-39歲則是明顯高於20-29歲，可能原因是30歲-39歲應該是人生事業攀爬向上之際，人格更臻成熟，故較20-29歲之年輕人其嚴謹性程度更高。

三、休閒阻礙

休閒阻礙部分分析結果發現「結構性阻礙」平均得分偏高達到3.06，仔細檢測「結構性阻礙」题目的阻礙內容包括：活動設施的擁擠程度、交通便利性、活動設施的使用便利性、時間不夠、沒有錢等。此與許多國內外研究結果一

致(李嘉慶，2002；陳思倫，1993；陳漢志，2002；張少熙，1994；張坤鄉，1991；楊瑞蓮，1976；鮑敦珮，2002；謝鎮偉，2002；Raymore, Godbey, Crawford & Von Eye, 1993)，都顯示出結構性因素是最大的休閒阻礙。

性別差異方面，女性各方面的阻礙程度皆高於男性，在「個人內在阻礙」、「結構性阻礙」、「阻礙總分」上較為顯著，此結果顯示女性的休閒阻礙較男性為高，此與諸多研究(胡信吉，2003；Searle & Jackson, 1985; Shank, 1986; Wade, 1985)一致，皆發現女性比男性有較高的休閒阻礙。Shaw(1994)認為女性在許多研究上皆顯示比男性有較高的休閒阻礙，主要的原因是女性在家庭的責任與對家務的投入，而不論是否職業婦女，妻子休閒時間都比丈夫來的少。

Lamond(1992)、Green 與 Woodward(1990)則從倫理觀點提出女性的休閒阻礙較男性高的主要理由，其認為女性的高「關懷倫理」(ethic of care)阻礙了女性的休閒享受，因為女性容易傾向以他人的幸福為責任，重視周遭人的感受，而忽略自身應有的權利。而 Wolf(1991)則有不同看法，其認為女性的休閒阻礙高最重要的原因在於「美麗迷思」(beauty myth)，女性過於重視身體上的美麗，因此在參與休閒時會有過多的顧慮與不安全感，因此在許多休閒活動項目上，女性執著於身體意象(body image)，使得女性無法盡情享受(Shaw, 1994)。

女性的休閒阻礙大於男性，但是女性的休閒參與知覺頻率(不論希望與實際)普遍皆高於男性。研究結果發現除了運動冒險性休閒參與之外，女性的休閒參與皆高於男性，高「休閒阻礙」卻有高「休閒參與」、低「休閒阻礙」卻有低「休閒參與」，這特殊現象有悖於「休閒阻礙」之構念意義，針對休閒阻礙與休閒參與之關係將於本章第四節另作討論。

年齡差異上，人際間阻礙和結構性阻礙在年齡上無明顯差異，但在「個人內在阻礙」和「休閒阻礙總分」部分則是50歲以上者明顯大於20-29歲者。由此可見，對年長者而言，個人內在因素的休閒阻礙會比其他年齡層更形嚴重，而且整體的休閒阻礙也比其他年齡層更大。

第二節 「人格特質」與「休閒參與」相關分析

「人格特質」類型分為神經性、外向性、開放性、友善性、嚴謹性。「休閒參與」分類包括運動冒險性休閒、知識藝術性休閒、社交服務性休閒、娛樂遊憩性休閒、閒意放鬆性休閒。本節說明「人格特質」、「休閒參與」之相關研究結果。

壹、「人格特質」與「休閒參與」之相關分析

將「人格特質」分別就「希望參與」、「實際參與」部分求相關，結果如表 4-2-1。

「神經性」人格特質只與「娛樂遊憩性休閒」希望參與部分有顯著相關。研究假設 1.1 並未獲得支持。

「外向性」人格特質與各休閒參與都具有顯著正相關，特別注意在與「社交服務性休閒」部分相關較高。研究假設 1.2、1.3 與 1.4 獲得支持。

「開放性」人格特質與各休閒參與都具有顯著正相關，特別注意在與「知識藝術性休閒」部分相關較高。研究假設 1.5 獲得支持。

「友善性」人格特質在希望參與部分與「社交服務性休閒」、「娛樂遊憩性休閒」、「閒意放鬆性休閒」具有顯著正相關，在實際參與部分只與「社交服務性休閒」具顯著相關。研究假設 1.6 獲得支持。

「嚴謹性」人格特質在希望參與部分與「閒意放鬆性休閒」具有顯著相關，在實際參與部分與「運動冒險性休閒」、「知識藝術性休閒」、「閒意放鬆性休閒」具顯著相關。研究假設 1.7 與 1.8 獲得支持。

表4-2-1 人格特質與休閒參與相關表

希望參與						實際參與						
運動冒險性	知識藝術性	社交服務性	娛樂遊憩性	閒意放鬆性	整體參與平均	運動冒險性	知識藝術性	社交服務性	娛樂遊憩性	閒意放鬆性	整體參與平均	
神經性	-.052	.015	.068	.170**	.041	.065	-.047	-.073	.037	.061	-.024	-.012
外向性	.199**	.159**	.277**	.174**	.140**	.267**	.148**	.222**	.238**	.178**	.129*	.258**
開放性	.135*	.247**	.205**	.154**	.210**	.270**	.111*	.307**	.204**	.162**	.172**	.271**
友善性	-.032	.059	.137**	.106*	.123*	.109*	-.026	.055	.107*	.041	.088	.075
嚴謹性	-.045	.104	.004	-.087	.111*	.027	.117*	.166**	.064	.043	.210**	.170**

*p<.05 **p<.01

「神經性」特質表示焦慮、沮喪、自卑、情緒化、適應不良的情形，在研究結果中「神經性」人格特質只與「娛樂遊憩性」休閒希望參與達顯著相關（.170），所以欲更進一步瞭解該人格休閒參與情形而另作活動細目相關分析（表4-2-2），發現其在「看電視、電影、錄影帶」、「KTV唱歌、聽廣播」、「上網、電玩」、「逛街、購物」部分達顯著相關，相關介於.141至.182之間。而在「開車兜風、旅遊」及「看演唱會、比賽、表演」部分則沒有達顯著相關。

表4-2-2 「娛樂遊憩性」休閒細目相關分析表

神經性	看電視、電影、錄影帶	KTV唱歌、聽廣播	上網、電玩	逛街、購物	開車兜風、旅遊	看演唱會、比賽、表演
.143**	.157**	.141**	.182**	.003	.079	

**p<.01

貳、綜合討論

本研究假設部分獲得支持的有：

- 1.2 外向性人格特質得分與運動冒險性休閒參與得分具顯著正相關。
- 1.3 外向性人格特質得分與社交服務性休閒參與得分具顯著正相關。
- 1.4 外向性人格特質得分與整體休閒參與得分具顯著正相關。
- 1.5 開放性人格特質得分與知識藝術性休閒參與得分具顯著正相關。
- 1.6 友善性人格特質得分與社交服務性休閒參與得分具顯著正相關。
- 1.7 嚴謹性人格特質得分與知識藝術性休閒參與得分具顯著正相關。
- 1.8 嚴謹性人格特質得分與閒意放鬆性休閒參與得分具顯著正相關。

未獲得支持的有：

- 1.1 神經性人格特質得分與整體休閒參與得分具顯著負相關。

整理研究結果，將五大人格特質與休閒參與類別的相關製成表4-2-3，另依各特質分別說明說明。

表4-2-3 五大人格特質與休閒參與類別顯著相關表

	達顯著相關之希望參與休閒類別	達顯著相關之實際參與休閒類別
神經性	娛樂遊憩性	無
外向性	運動冒險性、知識藝術性、社交服務性、娛樂遊憩性、閒意放鬆性	運動冒險性、知識藝術性、社交服務性、娛樂遊憩性、閒意放鬆性
開放性	運動冒險性、知識藝術性、社交服務性、娛樂遊憩性、閒意放鬆性	運動冒險性、知識藝術性、社交服務性、娛樂遊憩性、閒意放鬆性
友善性	社交服務性、娛樂遊憩性、閒意放鬆性	社交服務性
嚴謹性	閒意放鬆性	運動冒險性、知識藝術性、閒意放鬆性

(皆為正相關)

一、神經性特質

若以個別人格特質作探討，「神經性」人格特質在「整體休閒參與」部分上，雖然如假設預期一般神經性特質愈高，「整體休閒參與」愈低，但在統計分析上卻未達顯著，因此假設1.1並未獲得支持。「神經性」人格特質反而是與「娛樂遊憩性休閒」呈現正相關，因此特別針對「娛樂遊憩性休閒」細目作分析，發現其與「看電視、電影、錄影帶」、「KTV唱歌、聽廣播」、「上網、電玩」、「逛街、購物」等活動達顯著正相關。

「神經性」人格特質表示焦慮、沮喪、自卑、情緒化、適應不良的情形，依研究結果可以發現此類特質程度高者，傾向參與「看電視、電影、錄影帶」、「KTV唱歌、聽廣播」、「上網、電玩」、「逛街、購物」等休閒活動，與其他類休閒活動無顯著相關；而「看電視、電影、錄影帶」、「KTV唱歌、聽廣播」、「上網、電玩」、「逛街、購物」等休閒活動顯示出一種「個人參與」及「轉移注

意力」的本質，正如 Hills 和 Argyle(1999)的研究，神經性特質程度高者不易與他人愉快相處，且自身的情緒起伏較大，會傾向用轉移注意力的方式調節情緒。此研究結果與 Kirkcaldy(1989)，Kirkcaldy 和 Furnham(1991)，Schill, Beyler 和 Sharp(1993)的研究結果相似，都顯示出神經性特質對休閒參與的影響，所以此特質程度高者傾向參與娛樂遊憩性休閒是可以合理解釋的。

二、外向性特質

「外向性」人格特質在希望、實際參與「運動冒險性休閒」、「社交服務性休閒」皆有顯著正相關，因此研究假設1.2、1.3與1.4同時獲得獲得支持。不僅是此二類休閒活動參與，統計分析結果上，此特質與各類休閒參與皆達顯著正相關，表示「外向性」特質得分愈高者，其希望、實際參與休閒活動的程度愈高。

外向性這特質與許多形容詞相關，如：主動、樂觀、積極、社會性的等，因此這特質程度高者比較會主動積極參與各式各樣的活動。從 Pervin(1993) 和 Eysenck(1970)對於外向性特質的研究可以得知，此類特質與各種活動都有相關，尤其是具冒險性的活動或社交性的活動。國內外研究(胡家欣，2000；Kirkcaldy & Furnham, 1991; Zuckerman, 1979)也證實外向性特質程度與許多休閒活動都有相關。

三、開放性特質

「開放性」人格特質也與各休閒參與都具有顯著正相關，表示「開放性」特質得分愈高者，其參與休閒活動的程度愈高。「開放性」人格特質與「知識藝術性休閒」部分相關較高，因此研究假設1.5獲得支持。

在開放性這特質高分者，具有好奇、興趣廣泛、創造、獨創、想像、跳脫傳統等特性，這特質的人比較會參與有關腦力的活動，如閱讀、進修、文化、

藝術活動。本研究結果，此特質與各類休閒參與都有顯著相關，由於目前此特質未發現國內外休閒參與相關的實證研究，以較為接近的研究(Walker, 1995)結果來看，仍符合「開放性」人格特質與「知識藝術性休閒」顯著相關。

四、友善性特質

「友善性」人格特質在希望參與部分與實際參與部分都和「社交服務性休閒」具有顯著正相關，因此研究假設1.6獲得支持。

高友善性特質者會顯出信任他人、助人、善良的特性，本研究結果與此特質的描述相當符合，外向性特質程度高者傾向參與社交服務性的休閒活動。由於此特質沒有國內外的實證研究，此部分研究結果無法與相關研究進一步作討論。

五、嚴謹性特質

「嚴謹性」人格特質在希望參與部分與「閒意放鬆性休閒」具有顯著相關，在實際參與部分與「運動冒險性休閒」、「知識藝術性休閒」、「閒意放鬆性休閒」具顯著相關。

具高嚴謹性特質者，通常表現出較具有組織性、自我要求、細心、有次序，因此這種特性的人傾向參與目標導向、成就導向或具工作特性的活動，也因為此特性，所以在休閒活動的選擇上會傾向參與能夠與緊張工作情緒相對應的休閒活動—閒意放鬆類。值得注意的特別現象是「嚴謹性」與「整體實際參與」呈現顯著正相關.170**，但在「整體希望參與」部分只有.027。此表示高嚴謹性的人反而希望能夠「減少」參與休閒活動，此與嚴謹性特質乃著重在描述成就感、工作勝任、工作效率、生活嚴謹等特質有相符之處。因此本研究結果與此特質的描述符合，但由於此特質也沒有國內外的實證研究，此部分研究結果亦無法與相關研究進一步作討論。

整體而言，五大人格特質與許多休閒參與類別有顯著相關，但是相關程度並不很高。「神經性特質」與「娛樂遊憩性休閒」有顯著正相關，但相關程度只有.17，針對「娛樂遊憩性休閒」的活動細目作相關分析，相關係數也只介於.141-.182之間；「外向性特質」與各類休閒活動都有顯著正相關，相關係數也都不高，最高的為「社交服務性希望參與」.277；「開放性特質」與各類休閒活動都有顯著正相關，相關係數也不高，最高的為「知識藝術性實際參與」.307；「友善性特質」主要與「社交服務性」休閒有顯著相關，但相關非常低，只有.137；「嚴謹性特質」主要與「閒意放鬆性」休閒有顯著相關，但相關也非常低，只有.210。人格特質與休閒參與的統計部分雖然有顯著相關，但是因為相關係數都很低，因此實際上以人格特質作休閒參與的解釋必須持一定的保留態度。

第三節 「人格特質」與「休閒阻礙」資料分析

壹、「人格特質」與「休閒阻礙」相關分析

「人格特質」類別分為神經性、外向性、開放性、友善性、嚴謹性，「休閒阻礙」類別分為「個人內在阻礙」「人際間阻礙」「結構性阻礙」。樣本資料經統計分析，結果以表4-3-1表示。

表4-3-1 人格特質與休閒阻礙相關表

	個人內在阻礙	人際間阻礙	結構性阻礙	休閒阻礙總分
神經性	.012	.196**	.165**	.167**
外向性	-.212**	-.153**	-.071	-.205**
開放性	-.104*	-.063	.107*	-.026
友善性	.071	-.085	.050	.026
嚴謹性	.094	-.039	.038	.050

*p<.05 **p<.01

「神經性」人格特質與「人際間阻礙」、「結構性阻礙」、「休閒阻礙總分」部分有顯著正相關。顯示「神經性特質」愈高「人際間阻礙」、「結構性阻礙」、「休閒阻礙總分」愈高。研究假設2.2與2.3獲得支持。而研究假設2.1未獲得支持。

「外向性」人格特質與「個人內在阻礙」、「人際間阻礙」、「休閒阻礙總分」有顯著負相關。即「外向性」人格特質得分愈高「個人內在阻礙」、「人際間阻礙」、「休閒阻礙總分」愈低。研究假設2.4、2.5與2.6皆獲得支持。

「開放性」人格特質與「個人內在阻礙」具顯著負相關，與「結構性阻礙

」具顯著正相關。顯示「開放性」人格特質得分愈高「個人內在阻礙」愈低而「結構性阻礙愈高」。

「友善性」人格特質與各休閒阻礙與總分都沒有顯著相關。研究假設2.7並未獲得支持。

「嚴謹性」人格特質與各休閒阻礙與總分都沒有顯著相關。研究假設2.8並未獲得支持。

貳、綜合討論

以條列方式說明研究結果，本研究假設部分獲得支持的有：

- 2.2 神經性人格特質得分與人際間阻礙得分具顯著正相關。
- 2.3 神經性人格特質得分與整體休閒阻礙得分具顯著正相關。
- 2.4 外向性人格特質得分與個人內在阻礙得分具顯著負相關。
- 2.5 外向性人格特質得分與人際間阻礙得分具顯著負相關。
- 2.6 外向性人格特質得分與整體阻礙得分具顯著負相關。

未獲得支持的有：

- 2.1 神經性人格特質得分與個人內在阻礙得分具顯著正相關。
- 2.7 友善性人格特質得分與人際間阻礙得分具顯著負相關。
- 2.8 嚴謹性人格特質得分與個人內在阻礙得分具顯著正相關。

茲將五大人格特質與休閒阻礙達顯著相關部分製表4-3-2，並依各特質作說明：

表4-3-2 五大人格特質與休閒阻礙顯著相關表

人格特質	達顯著相關之休閒阻礙
神經性	人際間阻礙、結構性阻礙、休閒阻礙總分
外向性	個人內在阻礙、人際間阻礙、休閒阻礙總分
開放性	個人內在阻礙、結構性阻礙
友善性	無
嚴謹性	無

一、神經性特質

「神經性」人格特質愈高其人際間阻礙、結構性阻礙、休閒阻礙總分愈高，此研究結果可以符合神經性特質所代表之焦慮、沮喪、自卑、情緒化、適應不良的情形，因此研究結果與研究假設相符，唯研究假設2.1(神經性人格特質得分愈高者，個人內在阻礙愈高)卻未獲得支持，可能原因在於「個人內在阻礙」題目無法反應出神經性特質相關的休閒阻礙。仔細檢視「個人內在阻礙」所測量之項目包含：活動技巧簡單、家人與朋友的認同、熟悉、符合信仰、符合身份等，而與神經性特質有關的情緒部分休閒阻礙(如因為情緒低迷無法參與休閒)就無法從量表中測得。

Schill, Beyler 和 Sharp(1993)以神經性人格為藍本發展相關構念：「自我擊敗人格」(self-defeating personality)，其認為此類的人因為自身心理、認知等因素，造成對休閒的自我效能感不足，所以在休閒參與上有極大的個人內在阻礙，本研究結果之神經性人格特質與休閒阻礙關係正反應出此特性，神經性特質程度明顯與休閒阻礙有正相關。

二、外向性特質

「外向性」人格特質程度愈高其個人內在阻礙、人際間阻礙、休閒阻礙總分愈低，此研究結果符合外向性特質所代表之主動、樂觀、積極、社會性等人格特質；而在第四節的研究也發現外向性特質程度高者喜愛參與各類休閒，因此「外向性」人格特質程度愈高也應該休閒阻礙較低，本節與上一節之結果能互相呼應。

人格理論學者 Eysenck(1970)與 Pervin(1993)認為外向特質比內向特質更有社交性與衝動性，外向者傾向於社會性、往外行動、喜歡宴會、有許多朋友、渴望刺激、行動衝動且草率、主動，且在學習中較受獎賞的影響。本研究結果也發現外向性特質程度高的人所面對的休閒阻礙較低，符合理論對此人格的描述。

三、開放性特質

開放性這特質高分者，具有好奇、興趣廣泛、創造、感覺敏銳、想像、跳脫傳統等特性。國內外文獻中並沒有將此特質與休閒阻礙作相關研究，因此研究者沒有針對此特質作出休閒阻礙上的研究假設，然而研究結果卻發現此特質與「個人內在阻礙」具有顯著負相關而與「結構性阻礙」具有顯著正相關，即表示高開放性特質程度者比較不會因為個人內在的因素而阻礙休閒的參與，而也因為其喜愛各類參與休閒(第四節研究結果)且具有高度開放、敏感的感覺，所以容易「感受」到許多結構性的阻礙，此現象似乎代表了「參與愈多，感受愈多，阻礙愈多」的現象。

四、友善性與嚴謹性特質

就本研究結果而言「友善性」、「嚴謹性」與休閒阻礙並無顯著關係，研究假設2.7(友善性人格特質得分與人際間阻礙得分具顯著負相關)與2.8(嚴謹性人格

特質得分與個人內在阻礙得分具顯著正相關)沒有獲得支持。

整體而言，五大人格特質與休閒阻礙呈現一定的顯著相關，「神經性」特質休閒阻礙較高、「外向性」特質休閒阻礙較低。但是更進一步檢視相關係數，發現係數最高也只有-.212，統計數字上達顯著相關，但是在實際解釋上仍必須持保留態度。

第四節 「休閒阻礙」與「休閒參與」資料分析

壹、「休閒阻礙」與「休閒參與」相關分析

「休閒阻礙」類別分為：個人內在阻礙、人際間阻礙、結構性阻礙。「休閒參與」類別分為：運動冒險性休閒、知識藝術性休閒、社交服務性休閒、娛樂遊憩性休閒、閒意放鬆性休閒。統計相關分析製表4-4-1，結果顯示「個人內在阻礙」在希望參與部分與「運動冒險性休閒」有顯著負相關，在實際參與部分與「閒意放鬆性休閒」具顯著正相關。研究假設3.1未獲得支持。

「人際間阻礙」與各休閒參與皆未達顯著差異。研究假設3.2未獲得支持。

「結構性阻礙」在希望參與部分與「知識藝術性休閒」、「娛樂遊憩性休閒」顯著正相關，在實際參與部分皆沒有顯著相關，研究假設3.3未獲得支持。

「休閒阻礙總分」在希望參與部分和實際參與部分與「閒意放鬆性休閒」具顯著正相關，研究假設3.4未獲得支持。

表4-4-1 休閒阻礙與休閒參與相關分析表

	希望參與						實際參與					
	運動冒險性	知識藝術性	社交服務性	娛樂遊憩性	閒意放鬆性	整體參與平均	運動冒險性	知識藝術性	社交服務性	娛樂遊憩性	閒意放鬆性	整體參與平均
個人內在阻礙	-.114*	.071	.043	.018	.074	.024	-.021	.040	.078	.075	.126*	.086
人際間阻礙	.056	.017	.044	.033	.069	.063	.045	-.071	-.019	-.046	.042	-.015
結構性阻礙	.011	.118*	-.020	.137**	.103	.101	-.061	.083	-.064	.041	.059	.020
休閒阻礙總分	-.029	.101	.030	.089	.116*	.087	-.022	.033	.000	.039	.110*	.048

*p<.05 **p<.01

貳、綜合討論

在休閒阻礙與休閒參與方面，本研究所提出之假設都未獲得支持，研究假設為：

- 3.1 個人內在阻礙得分與整體休閒參與得分具顯著負相關。
- 3.2 人際間阻礙得分與整體休閒參與得分具顯著負相關。
- 3.3 結構性阻礙得分與整體休閒參與得分具顯著負相關。
- 3.4 整體休閒阻礙得分與整體休閒參與得分具顯著負相關。

資料分析結果顯示「休閒阻礙」與休閒參與大多無顯著關係，但研究發現與某些類休閒活動(如閒意放鬆性、知識藝術性、娛樂遊憩性)達顯著正相關，此與「休閒阻礙」影響「休閒參與」的假設不相同。檢視國外 Alexandris 與 Carroll(1997)的研究也發現，個人內在阻礙與運動參與有顯著的負相關，而人際及結構性阻礙與休閒參與沒有相關，本研究與該研究有相似之處：本研究之「個人內在阻礙」在希望參與部分與「運動冒險性休閒」存在顯著負相關；而「人際間阻礙」與各休閒參與皆未達顯著差異；「結構性阻礙」在希望參與部分與「知識藝術性休閒」、「娛樂遊憩性休閒」呈顯著正相關，在實際參與部分則皆沒有顯著相關。

「個人內在阻礙」與「運動冒險性休閒」希望參與部分有顯著負相關而與「閒意放鬆性休閒」實際參與部分有顯著正相關，乍看之下不易理解原因，但仔細檢視個人內在阻礙所測量之因素包含：活動技巧簡單、家人與朋友的認同、熟悉、符合信仰、符合身份等。換言之，重視這些因素者具有高度內在阻礙，「運動冒險性休閒」都傾向與這些因素相反，所以顯示出負相關是合理的。而閒意放鬆性休閒傾向能符合此特性，因此顯示出正相關也算合理。

「休閒阻礙」與大部分的「休閒參與」都沒有顯著的相關，亦或是具有相

關卻沒有合理的解釋，此研究結果嚴重與「休閒阻礙」理論相違背，考量可能原因為(一)休閒阻礙量表無法完整將休閒阻礙的構念包含進去，此量表來自美國之研究，基於文化差異之存在，一些國人所可能有的休閒阻礙並沒有在問卷中被測量到，因此問卷題目只測量到一部份的休閒阻礙，無法代表完整「休閒阻礙」的構念。(二)休閒阻礙對不同休閒活動有阻礙上之差異，即不同休閒阻礙會降低某些不同休閒的參與，可能會影響某些休閒活動參與而不影響其他休閒活動參與，所以無法在整體的休閒參與上看出休閒阻礙的影響，如人際間阻礙可能對於烤肉、野餐有負相關，但對於交筆友、網友有正相關，但是烤肉、野餐與交筆友、網友同屬社交服務類，因此在休閒參與的相關上由於細目之正、負相關互相抵銷，所以無法在「社交服務性休閒」表示出顯著相關。(三)本研究結果部分與 Alexandris 與Carroll(1997)的研究結果相似，同樣都顯示個人內在阻礙與運動參與有顯著的負相關，而人際及結構性阻礙與休閒參與沒有相關。此結果可能表示休閒阻礙並不如研究定義一般會直接對休閒參與造成影響，其中可能存在諸多未知的中介變項，有待後續研究進一步作探討。