

# 苗栗縣國中生休閒參與、休閒無聊感與 偏差行為之研究

## **Leisure participant, leisure boredom and deviant behavior of junior high schools' students in Miaoli**

第一作者：吳家碧

服務機構：育達商業技術學院

第二作者：劉兆達

服務機構：美和技術學院

第三作者：吳海助

服務機構：弘光科技大學

通訊作者：吳海助

通訊地址：弘光科技大學體育教學中心

E-mail: [hkcwu@yahoo.com.tw](mailto:hkcwu@yahoo.com.tw)

TEL: 0935-410804

## 摘要

本研究之目的有二，一為瞭解苗栗縣國中生休閒參與、休閒無聊感與偏差行爲，二為探討在個別變項上，苗栗縣國中生之休閒參與、休閒無聊感與偏差行爲之差異情形，研究對象為苗栗縣 15 所國民中學之學生，合計 1527 位，研究工具為中文版「休閒活動類型量表」(陳婉容，2002)、中文版「休閒無聊感量表」(張玉玲，1998)及「偏差行爲量表」(陳婉容，2002)，資料分析的方式為描述性統計、t 考驗及單因子變異數分析(One-way ANOVA)，研究結果指出：一、苗栗縣國中生休閒參與之活動型態，以閱聽活動、娛樂活動、社交性活動、觀賞性活動及家庭活動為主，國中生之休閒無聊感傾向不高，偏差行爲類型不嚴重，且行爲程度輕微。二、苗栗縣國中生之休閒參與，並不會受到性別、年齡、零用金及出遊頻率的影響，其休閒無聊感會受到年齡、零用金及出遊頻率的影響；其偏差行爲會受到性別、年齡及零用金的影響。建議未來能夠增加苗栗縣國中生能增加旅遊性及戶外性活動的機會，並培養其休閒活動技能，藉以提升其休閒活動之品質。

**關鍵詞：**休閒行爲、休閒活動、戶外活動

## Abstract

The purposes of this study were to understand leisure participant, leisure boredom and deviant behavior of junior high schools' students in Miaoli, and to explore those in different functions, such as gender, age, money, and frequency participating leisure activities. The subjects were 1527 students of 15 junior high schools. There were three instruments used in this study, leisure activity questionnaire, inventory of leisure boredom, and inventory of deviant behavior. Those data were analyzed by descriptive statistic, t-test, and one-way ANOVA. The results were in the following. Students of junior high schools liked to participate those leisure activities, such as reading activity, traveling activity, relationship activity, watching game activity, and home activity. In addition, those students had lower score of leisure boredom and deviant behavior. Furthermore, leisure participant of junior high schools were not affected by gender, age, money and frequency for participating leisure activities. Leisure boredom of the students was affected by age, money and frequency for participating leisure activities, and deviant behavior was affected by gender, age, and money. It suggested that the students of junior high schools' in Miaoli needed to enhance the opportunities to participate the travel and outdoor activities, to develop the ability of participating leisure activity, and to promote the quality of leisure activity.

**Key words: leisure behavior, leisure activity, outdoor activity**

## 壹、緒論

近年來，隨著社會的快速變遷與經濟成長，國人生活水準更加提升，也讓青少年享受到更富足的物質生活，又受到週休二日的影響，學生上課的時數減少，使青少年的休閒時間明顯增加，但也面臨到另一個問題，青少年無法去安排他們的休閒時間及去處，傾向參與刺激與新奇的休閒活動，從中產生許多的偏差行為出現（黃德祥，1991）。近十年來，我國青少年犯罪人口的比率有增加的趨勢，而犯罪者之家庭經濟狀況都在小康或中產階層以上，且女性青少年犯罪的比率也有增加的趨勢，以竊盜居於犯罪內容的首項（黃富源，2006），由此可知，我國青少年犯罪的情況有增加的趨勢，值得教育部門、學校及家長特別的重視。

林東泰（1997）指出青少年生活中有許多壓力，包括：學業、人際關係等，有些壓力是自己和別人都無法察覺的，但是卻可以藉由適當休閒活動加以抒解，參與休閒活動可以放鬆心情、抒解壓力、消除疲勞、調劑身心與鍛鍊體能等。而 Widmer, Ellis and Trunnell(1996)研究更指出，青少年的休閒行為對偏差行為具有相當大的影響力，如果青少年在成長階段即建立健康的休閒行為，並致力於追尋、探索終身的休閒習慣與興趣喜好，其休閒選擇所帶來的內在滿足，可避免讓休閒沈淪為感官逸樂上或盲目的進行休閒商品的消費，由此可知，青少年參與休閒活動可以有效降低生活壓力，降低犯罪或偏差行為，提高生活的品質及社會互動的機會，達到身心健全的目的。

許義雄、陳皆榮、陳麗華、張少熙（1992）探討青少年活動現況及阻礙因素，指出青少年最常參與之休閒活動為消遣性活動、娛樂性活動及閒意性活動，最期望參與之休

閒活動爲旅遊性活動、音樂性活動及戶外活動，且男性喜歡參與有體能挑戰、心理挑戰的活動，女性則喜歡參與感性及靜態之活動，而青少年會隨著年齡的增加，參與休閒活動的比率有下降的趨勢（翁玉珠，1995）。相反的，青少年在參與休閒活動的過程中，無法獲得滿足的情況，個體處於一種失衡的狀態，則會造成個人無聊感的產生（陳淑湘，1999），而休閒無聊感高的青少年參與休閒活動之類型，以劇烈性體能活動爲主，如：飆車、夜遊等（Iso-Ahola & Crowley, 1991），張秀慧（2001）更提到國中生之休閒無聊感與偏差行爲呈現正相關，休閒無聊感與休閒參與呈現負相關，由此可知，青少年參與休閒活動的比率，隨著年齡的增加有下降的趨勢，在參與休閒活動的過程如無法得到滿足，即會產生休閒無聊感，進而有偏差行爲的出現。

Skogen and Wichstrom(1996)更提到，當青少年參與越多休閒冒險性戶外休閒活動時，其問題行爲也越多，但若參與較多運動性之戶外休閒行爲，則不會有問題行爲之產生，當青少年從事休閒活動時，其社會關係越好，則犯罪的可能性也就越低（劉素秋，1997），而王淑女（1995）也提到越不喜歡待在家裡及到學校上課，社會聯繫力差的青少年會有更多的偏差行爲出現，而參與體適能、運動方案的休閒活動，可以降低未來犯罪的可能性，陳淑湘（1999）更指出男性青少年比女性更傾向於從事不良休閒活動型態，且青少年與偏差同儕的結合程度越高，越傾向負面之休閒型態，經常從事不良的休閒活動型態，如：遊樂型活動及感官型活動，青少年選擇之休閒型態越負向，則產生偏差行爲的現象越高，由此可知，休閒活動的型態也會影響青少年的行爲，如果參與負面的休閒活動，則偏差行爲產生的比率將會越高，如參與運動性之休閒活動則不會有偏差行爲

的出現，因此，選擇適當的休閒活動對青少年來說非常重要的。

經濟部（2006）在「觀光客倍增計畫」中，特別開發了幾條新興的套裝旅遊路線及景點，而桃竹苗是其中一條，以台 3 線為主軸，接獅頭山國家風景、雪霸國家公園、小人國遊樂區、泰安溫泉、北埔客家莊等地方，成爲具有客家風情及原住民特色之旅遊帶，更在苗栗三義辦理木雕藝術節，行政院文化建設委員會（2004）更提出地方文化館的概念，在苗栗規劃大湖草莓文化館、陶瓷博物館、三義木雕館及苑裡稻米文化園區，希望社區民眾能夠瞭解並肯定社區文化的資源，藉以促進城鄉文化交流及文化觀光旅遊之發展。由此可知，政府積極在苗栗地區發展休閒觀光產業，希望社區民眾能夠參與並瞭解社區文化，青少年也屬於社區民眾的一群，參與休閒活動的情況如何？因此，本研究以苗栗縣國中生爲研究對象，調查其休閒參與、休閒無聊感與偏差行爲的情形，藉以提供給教育主管機關、學校及家長擬定休閒活動政策之參考，具體目標有二，分別爲：瞭解苗栗縣國中生休閒參與、休閒無聊感及偏差行爲之情形？比較不同性別、年齡、零用金及出遊頻率之苗栗縣國中生，在休閒參與、休閒無聊感及偏差行爲上是否有差異？

## 貳、研究方法與步驟

### 一、研究對象

截至 94 年 4 月，苗栗縣國民中學學校數量合計 35 所，依據各校班級數分成大型學校（40 班以上）、中型學校（19—39 班）及小型學校（18 班以下），再由各型學校中，各選取 5 間學校進行研究（詳如表 1 所示），各校選取 120 人，合計 1800 人。

表 1 被選取之國民中學名單

| 不同類型學校 | 學校名單                     |
|--------|--------------------------|
| 大型學校   | 興華國中、明仁國中、照南國中、苑裡國中、建國國中 |
| 中型學校   | 三義國中、建台國中、大倫國中、公館國中、竹南國中 |
| 小型學校   | 三灣國中、大同國中、頭屋國中、後龍國中、文英國中 |

## 二、研究方法

本研究以問卷調查的方式進行研究，將問卷編制完成後，於 94 年 4 月 30 日進行問卷預試，由上述各型學校選取各 1 所學校，各所學校選取 75 位同學，合計 225 位，由研究者攜帶問卷至各校，並由各校體育組長陪同，發放給學生填答，填答時間約 20-30 分鐘，填答完畢後，即由研究者回收，扣除無效問卷 5 份，有效問卷為 220 份。

正式問卷的發放，先由研究者電話聯絡各校體育組長，徵求其同意後，並由研究者攜帶正式問卷，由體育組長陪同發放給學生填答，學生填答完畢後即可回收問卷，問卷發放的時間為 94 年 5 月中旬至五月底，問卷發放 1800 份，扣除無效問卷 273 份，有效問卷為 1527 份（有效回收率為 84.83%）。

## 三、研究工具

本研究之量表有三，一為休閒參與量表(leisure participation)，二為休閒無聊感(leisure boredom)量表，三為偏差行爲(deviant behavior) 量表。

## (一) 休閒參與量表

量表以陳婉容(2002)改編自 Weissinger and Iso-Ahola(1992)所編制之「休閒活動類型量表」,量表將休閒活動類型分成 11 類,採用李克式 5 分量表進行計分,分類為「不曾參加」、「很少參加」、「有時參加」、「較常參加」及「經常參加」,分別給予 1、2、3、4、5 分,參加頻率越高給分越高,休閒參與的整體分數乃將各休閒活動類型之得分總加。本量表經預試後 Cronbach  $\alpha$  值為.82,顯示出量表擁有良好的信度。

## (二) 休閒無聊感量表

休閒無聊感 (Leisure Boredom) 是指個人對於經驗的需求與休閒行為中的實際體驗間,處於一種失衡狀態,這種無法獲得滿足的情況,而造成個人無聊感的產生,當個體感受到休閒無聊感時,常常伴有負面的情感及認知觀念,覺得休閒參與不足、涉入程度不夠、沒有興奮、變化及新奇之感覺(陳淑湘 1999; Iso-Ahola & Weissinger, 1987),換言之,休閒無聊感是一種負面的狀態,起因於個人參與休閒行為無法獲得滿足。本研究將採用張玉鈴(1998)所翻譯的 Iso-Ahola and Weissinger(1987)之「休閒無聊感量表 (Leisure Boredom Scale, LBS)」為主,量表題目合計 16 題,包含正、反向兩類計分題,反向題為 2、4、7、8、9、12、13、16 題,量表為李克式五點量尺,由「非常不同意」、「不同意」、「不確定」、「同意」至「非常同意」,並且分別給予 1~5 分。休閒無聊感整體計分方式,將反向題目之得分進行轉換,如:得分 5 分者轉換後 1 分,得分 4 分者轉換後 2 分,依此類推。最後,將轉換後的分數與正向題目的得分平均,即為休閒無聊感

之得分，總得分越高，休閒無聊感則越強。原量表採用項目分析進行分析，各題項與量表之間的相關介於.31至.68之間，決斷值介於3.92至10.20之間，量表經預試後 Cronbach  $\alpha=.80$ ，顯示出量表擁有良好的信度。

### (三) 偏差行為量表

量表主要採用陳婉容(2002)改編自 Yang(1999)的「偏差行為量表」的第一部分（受試者自陳偏差行為次數），原量表包含 47 項問題，包含正、反向兩類計分題，其中 8、20、29、33 為反向題。量表僅正向題予以計分，反向題僅作為參考，量表為 5 分量表，從「不曾做過」、「很少做」、「有時做」、「較常做」至「經常做」，分別給予 1~5 分，量表的平均得分越高，就表示受試者出現偏差行為越多。原量表採用項目分析，其再測信度為  $r=.83$ ，內部一致性為  $r=.85$ ，各題項與量表之間的相關介於.35至.68之間，決斷值介於 2.92 至 11.20 之間，量表經預試後 Cronbach  $\alpha=.85$ ，顯示出量表擁有良好的信度。

## 四、資料分析方法

本研究利用 SPSS for Windows 12.0 套裝軟體來進行資料的整理，統計分析方法如下述：

### (一) 描述統計

以次數、百分比及平均數說明苗栗縣國中生之休閒參與、休閒無聊感及偏差行為。

### (二) t考驗

比較不同性別國民中學學生之休閒參與、休閒無聊感及偏差行爲之差異。

### (三) 單因子變異數

比較不同年齡、年級、零用錢及出遊頻率國民中學學生之休閒參與、休閒無聊感及偏差行爲之差異，如有差異即以雪費法 (Scheffe method) 進行事後比較。

## 參、研究結果

### 一、苗栗縣國中生之休閒參與、休閒無聊感及偏差行爲

#### (一) 休閒參與

苗栗縣國中生休閒參與的前五項排序，分別為閱聽活動 ( $M=4.25$ )、娛樂活動 ( $M=3.44$ )、社交性活動 ( $M=3.12$ )、觀賞性活動 ( $M=3.04$ ) 及家庭活動 ( $M=3.00$ )，詳如表 2 所示。苗栗縣國中生之休閒參與活動偏向靜態活動，以閱聽、社交、觀賞及家庭活動為主，而動態活動以團康活動、逛街及逛書局為主。

表 2 國中生之休閒參與描述性統計表

| 題號 | 題目                              | 平均數<br>( <i>M</i> ) | 標準差<br>( <i>SD</i> ) | 排序 |
|----|---------------------------------|---------------------|----------------------|----|
| 1  | 閱聽活動(聽音樂、廣播、電視、玩電腦)             | 4.25                | 1.02                 | 1  |
| 3  | 娛樂活動(團康活動、國內外旅遊、逛街、逛書局...)      | 3.44                | 1.16                 | 2  |
| 2  | 社交性活動(同事、朋友聚會、K T V唱歌、聊天...)    | 3.12                | 1.24                 | 3  |
| 8  | 觀賞性活動(戲劇音樂欣賞、看運動比賽、參觀展覽、研習...)  | 3.04                | 1.25                 | 4  |
| 11 | 家庭活動(佈置家庭、烹飪、家人相聚、親子活動...)      | 3.00                | 1.25                 | 5  |
| 10 | 技藝、嗜好活動(手工藝、學語言、閱讀書報、繪畫、書法...)  | 2.85                | 1.25                 | 6  |
| 7  | 非競爭性運動(舞蹈、太極拳、靜坐、慢跑、騎單車...)     | 2.84                | 1.26                 | 7  |
| 6  | 競爭性活動(各種球類競賽、田徑運動...)           | 2.73                | 1.35                 | 8  |
| 5  | 自然活動(野外求生、郊遊、露營、登山、健行...)       | 2.62                | 1.17                 | 9  |
| 9  | 宗教、心靈活動(社會服務、參加宗教、環保團體、散步沉思...) | 2.04                | 1.07                 | 10 |
| 4  | 刺激性活動(飆車、水上活動、高空彈跳...)          | 2.02                | 1.19                 | 11 |

## (二) 國中生之休閒無聊感

休閒無聊感的反向題目，有 2、4、7、8、9、12、13、16 題，換言之，這些題目對休閒參與來說是正向的題目，這些題目的得分將進行轉換，得分 5 分轉換為 1 分，得分 4 分轉換為 2 分，依此類推，國中生之休閒無聊感之前幾名排序，最高者是在休閒時間裡，我不喜歡我所做的事，但我也不知道還有什麼事可以做 ( $M=2.81$ )、我沒有很多休閒技能 ( $M=2.70$ )、在我的休閒時間裡，我總是沒有事情作 ( $M=2.58$ )、休閒經驗並不是我生活品質中一個重要部份 ( $M=2.54$ )、在我的休閒時間裡，我覺得沒有精神且缺乏動力 ( $M=2.50$ )，其他詳如表 3 所示。

表 3 國中生之休閒無聊感

| 題號 | 題目   | 平均數<br>( <i>M</i> ) | 標準差<br>( <i>SD</i> ) | 排序 |
|----|--|---------------------|----------------------|----|
| 5  | 在休閒時間裡，我自己好像在原地打轉，無法脫離舊有模式                         | 2.81                | 1.10                 | 1  |
| 15 | 我沒有很多的休閒技能   | 2.70                | 1.15                 | 2  |
| 16 | 在我的休閒時間裡，我總是有事情做（反向題轉換為正向）                         | 2.58                | 1.12                 | 3  |
| 8  | 休閒經驗是我生活品質中的一個重要部份（反向題轉換為正向）                       | 2.54                | 1.10                 | 4  |
| 7  | 在我的休閒時間裡，我覺得有精神抖擻、充滿動力的感覺（反向題轉換為正向）                | 2.50                | 1.09                 | 5  |
| 14 | 在我的休閒時間裡，所參與的活動，無法是我感到有趣、興奮                        | 2.48                | 1.02                 | 6  |
| 13 | 在我的休閒時間裡，我非常的積極、活躍（反向題轉換為正向）                       | 2.45                | 1.13                 | 7  |
| 9  | 從事休閒活動時，我總是很興奮（反向題轉換為正向）                           | 2.44                | 1.05                 | 8  |
| 10 | 我想要做點事情卻不知道要做什麼                                    | 2.38                | 1.11                 | 9  |
| 12 | 我喜歡去嘗試一些過去未曾嘗試的休閒活動（反向題轉換為正向）                      | 2.35                | 1.07                 | 10 |
| 4  | 假如現在我能退休，並擁有一筆豐厚的收入，我將會在這人生的修養期中，作很多有趣的事（反向題轉換為正向） | 2.20                | 1.11                 | 11 |
| 3  | 休閒時間是無聊的   | 2.09                | 1.03                 | 12 |
| 6  | 在我的休閒時間裡，我通常不喜歡自己所做的事。除此之外，我不知道我還能作什麼事             | 2.09                | 0.96                 | 13 |
| 11 | 在我的休閒時間裡，我大部分的時間都在睡覺                               | 2.07                | 1.04                 | 14 |
| 1  | 對我而言，休閒時間真是漫長、難熬                                   | 1.87                | 0.90                 | 15 |
| 2  | 在休閒時間裡，我對我所做的事就變得很投入（反向題轉換為正向）                     | 1.73                | 0.90                 | 16 |

### （三）國中生之偏差行為

偏差行為量表有 47 題題目，其中有 4 題為反向題，如：8、20、29、33 題，反向題並不列入計分中，僅當作參考，因此，上述題目將不列入討論。苗栗縣國中生之偏差行為，依其嚴重程度排序前五名，分別為在公共場所喧嘩、嬉鬧（*M*

國中生休閒參與、休閒無聊感與偏差行為之研究

=1.92)、考試作弊 ( $M=1.75$ )、故意破壞學校公物 ( $M=1.56$ )、毆打或威脅其他學生 ( $M=1.31$ )、酗酒 ( $M=1.30$ )，其他詳如表 4 所示。

表 4 苗栗縣國中生之偏差行為統計表

| 題號 | 題目                          | 平均數<br>( $M$ ) | 標準差<br>( $SD$ ) | 排序 |
|----|-----------------------------|----------------|-----------------|----|
| 26 | 在公共場所喧嘩、嬉鬧                  | 1.92           | 1.03            | 1  |
| 19 | 考試作弊                        | 1.75           | 0.91            | 2  |
| 1  | 故意破壞學校公物                    | 1.56           | 0.84            | 3  |
| 25 | 毆打或威脅其他學生                   | 1.31           | 0.75            | 4  |
| 5  | 酗酒                          | 1.3            | 0.76            | 5  |
| 41 | 買東西時故意不退還店方多找的零錢            | 1.28           | 0.78            | 6  |
| 47 | 飆車                          | 1.27           | 0.8             | 7  |
| 3  | 故意破壞他人的財產或所有物               | 1.26           | 0.63            | 8  |
| 40 | 翹課                          | 1.26           | 0.71            | 9  |
| 2  | 故意破壞父母或其他親友的財產或所有物          | 1.25           | 0.6             | 10 |
| 12 | 謊報年齡得以便利行事                  | 1.24           | 0.7             | 11 |
| 13 | 攜帶武器                        | 1.24           | 0.71            | 11 |
| 15 | 攻擊或重毆某人成傷                   | 1.24           | 0.69            | 11 |
| 27 | 將不值錢或有問題東西謊稱值錢或情況良好賣給他人     | 1.23           | 0.66            | 14 |
| 46 | 打騷擾電話，並說些無聊的髒話              | 1.23           | 0.7             | 14 |
| 9  | 對汽車或行人投擲石塊或空罐               | 1.22           | 0.67            | 16 |
| 28 | 未經車主（含自行車、機車、汽車）的同意，逕行借用他的車 | 1.22           | 0.68            | 16 |
| 14 | 偷竊（或企圖偷竊）價值低於 200 元以下的東西    | 1.2            | 0.58            | 18 |
| 43 | 企圖說服你的朋友做違法的事情              | 1.2            | 0.68            | 18 |
| 21 | 從父母或兄弟姊妹處偷前                 | 1.19           | 0.58            | 20 |
| 11 | 離家出走                        | 1.17           | 0.6             | 21 |
| 16 | 介入幫派打鬥                      | 1.16           | 0.62            | 22 |
| 7  | 購買、銷售或持有贓物                  | 1.13           | 0.53            | 23 |
| 30 | 強使（男女）朋友和你發生超過其意願範圍的親密關係    | 1.12           | 0.57            | 24 |
| 31 | 以武力或強迫手段向其他學生索取金錢或物品        | 1.12           | 0.58            | 25 |
| 6  | 偷竊或企圖偷竊價值超過 1000 元以上的東西     | 1.11           | 0.5             | 26 |
| 36 | 偷竊（或企圖偷竊）價值介於 200~1000 元的東西 | 1.11           | 0.52            | 26 |
| 23 | 毆打或威脅學校老師                   | 1.1            | 0.52            | 28 |
| 34 | 以武力或強迫手段由其他人索取金錢或物品         | 1.1            | 0.53            | 28 |

## 國中生休閒參與、休閒無聊感與偏差行為之研究

|    |                          |      |      |    |
|----|--------------------------|------|------|----|
| 44 | 被校方留校察看                  | 1.1  | 0.51 | 28 |
| 32 | 以武力或強迫手段向學校老師（職員）索取金錢或物品 | 1.09 | 0.5  | 31 |
| 35 | 看電影、坐公車或吃東西故意不付錢         | 1.09 | 0.5  | 31 |
| 37 | 在校內行，如偷別人的書包、外套或偷圖書館的書   | 1.09 | 0.49 | 31 |
| 4  | 偷竊汽車或摩托車                 | 1.08 | 0.45 | 34 |
| 10 | 對建築物或汽車縱火                | 1.08 | 0.47 | 34 |
| 17 | 使用假鈔                     | 1.08 | 0.48 | 34 |
| 22 | 強迫某人和你發生性關係              | 1.08 | 0.52 | 34 |
| 38 | 闖入的人別人的房子或汽車內行竊或閒晃       | 1.08 | 0.47 | 34 |
| 24 | 毆打或威脅父母                  | 1.07 | 0.44 | 39 |
| 39 | 向陌生人乞討                   | 1.07 | 0.46 | 39 |
| 42 | 冒名使用簽帳卡                  | 1.07 | 0.46 | 39 |
| 45 | 使用安非他命、大麻、海洛因、速賜康等毒品     | 1.07 | 0.49 | 39 |
| 18 | 販賣大麻、海洛因、安非他命等毒品         | 1.05 | 0.41 | 43 |

## 二、不同變項國中生之休閒參與、休閒無聊感及偏差行為

### （一）不同性別苗栗縣國中生之休閒行為

不同性別之國中生，僅偏差行為達到顯著差異 ( $p<.05$ )，休閒參與及休閒無聊感未達顯著水準（詳如表 5 所示），在偏差行為部分，男性國中生之之偏差行為得分高於女性國中生。

表 5 不同性別國中生之休閒參與、休閒無聊感及偏差行為

| 量表名稱  | 性別 | 人數  | 平均數  | 標準差  | t 值   | p 值  |
|-------|----|-----|------|------|-------|------|
| 休閒參與  | 男  | 743 | 2.87 | 0.70 | -1.82 | .068 |
|       | 女  | 784 | 2.93 | 0.67 |       |      |
| 休閒無聊感 | 男  | 743 | 2.31 | 0.49 | -1.55 | .121 |
|       | 女  | 784 | 2.35 | 0.48 |       |      |
| 偏差行為  | 男  | 743 | 1.28 | 0.54 | 7.51* | .000 |
|       | 女  | 784 | 1.12 | 0.22 |       |      |

\* $p<.05$

## (二) 不同年齡層國中生之休閒參與、休閒無聊感及偏差行為

不同年齡層國中生之休閒無聊感及偏差行為達到顯著差異 ( $p<.05$ )，僅休閒參與未達顯著水準。在休閒無聊感方面，15 歲以上國中生之休閒無聊感得分高於 13 歲以下之國中生；在偏差行為方面，15 歲以上國中生之偏差行為得分高於 14 歲之國中生，詳如表 6 所示。

表 6 不同年齡層國中生之休閒參與、休閒無聊感及偏差行為

| 量表/題項        | 人數  | 平均數  | 標準差  | F 檢定   | p 值  | 事後比較          |
|--------------|-----|------|------|--------|------|---------------|
| <b>休閒參與</b>  |     |      |      |        |      |               |
| 13 歲以下       | 200 | 2.94 | 0.69 | 1.05   | .349 |               |
| 14 歲         | 700 | 2.88 | 0.70 |        |      |               |
| 15 歲以上       | 627 | 2.92 | 0.67 |        |      |               |
| <b>休閒無聊感</b> |     |      |      |        |      |               |
| 13 歲以下       | 200 | 2.30 | 0.49 | 3.40*  | .034 | 15 歲以上>13 歲以下 |
| 14 歲         | 700 | 2.31 | 0.48 |        |      |               |
| 15 歲以上       | 627 | 2.37 | 0.49 |        |      |               |
| <b>偏差行為</b>  |     |      |      |        |      |               |
| 13 歲以下       | 200 | 1.19 | 0.37 | 10.19* | .000 | 15 歲以上>14 歲   |
| 14 歲         | 700 | 1.15 | 0.25 |        |      |               |
| 15 歲以上       | 627 | 1.26 | 0.55 |        |      |               |

\* $p<.05$

## (三) 不同零用金國中生之休閒參與、休閒無聊感及偏差行為

不同零用金國中生之休閒無聊感、偏差行為上達到顯著差異 ( $p<.05$ )，僅休閒參與未達顯著水準 (詳如表 7 所示)。在休閒無聊感上，零用金非常不夠用之國中生休閒無聊感得分高於零用金非常夠用之學生；在偏差行為上，零用金非常不夠用之國中生偏差行為得分高於其他四者，如：不夠用、剛剛好、夠用及非常

夠用者。

表 7 不同零用金使用情況國中生之休閒參與、休閒無聊感及偏差行為

| 量表/題項        | 人數  | 平均數  | 標準差  | F 檢定   | p 值  | 事後比較       |
|--------------|-----|------|------|--------|------|------------|
| <b>休閒參與</b>  |     |      |      |        |      |            |
| 非常不夠用        | 164 | 2.94 | 0.68 | 0.30   | .878 |            |
| 不夠用          | 350 | 2.88 | 0.66 |        |      |            |
| 剛剛好          | 662 | 2.90 | 0.69 |        |      |            |
| 夠用           | 271 | 2.91 | 0.68 |        |      |            |
| 非常夠用         | 80  | 2.95 | 0.78 |        |      |            |
| <b>休閒無聊感</b> |     |      |      |        |      |            |
| 非常不夠用        | 164 | 2.39 | 0.49 | 2.86*  | .022 | 非常不夠用>非常夠用 |
| 不夠用          | 350 | 2.38 | 0.49 |        |      |            |
| 剛剛好          | 662 | 2.31 | 0.48 |        |      |            |
| 夠用           | 271 | 2.32 | 0.45 |        |      |            |
| 非常夠用         | 80  | 2.23 | 0.52 |        |      |            |
| <b>偏差行為</b>  |     |      |      |        |      |            |
| 非常不夠用        | 164 | 1.38 | 0.70 | 11.18* | .000 | 非常不夠用>不夠用  |
| 不夠用          | 350 | 1.24 | 0.43 |        |      | 非常不夠用>剛剛好  |
| 剛剛好          | 662 | 1.17 | 0.34 |        |      | 非常不夠用>夠用   |
| 夠用           | 271 | 1.15 | 0.33 |        |      | 非常不夠用>非常夠用 |
| 非常夠用         | 80  | 1.14 | 0.24 |        |      |            |

\* $p < .05$

#### (四) 不同出遊頻率國中生之休閒參與、休閒無聊感及偏差行為

不同出遊頻率國中生之休閒無聊感上達到顯著差異 ( $p < .05$ )，在休閒參與、偏差行為未達顯著水準 (詳如表 8 所示)。在休閒無聊感方面，未曾出遊國中生之休閒無聊感得分高於經常出遊及偶爾出遊之國中生，且偶爾出遊國中生之休閒無聊感得分高於經常出遊之國中生。

表 8 不同出遊頻率國中生之休閒參與、休閒無聊感及偏差行爲

| 量表/題項        | 人數  | 平均數  | 標準差  | F 檢定   | p 值  | 事後比較      |
|--------------|-----|------|------|--------|------|-----------|
| <b>休閒參與</b>  |     |      |      |        |      |           |
| 經常出遊         | 356 | 2.93 | 0.73 | 0.38   | .682 |           |
| 偶爾出遊         | 618 | 2.89 | 0.64 |        |      |           |
| 未曾出遊         | 553 | 2.91 | 0.70 |        |      |           |
| <b>休閒無聊感</b> |     |      |      |        |      |           |
| 經常出遊         | 356 | 2.21 | 0.50 | 19.01* | .000 | 未曾出遊>經常出遊 |
| 偶爾出遊         | 618 | 2.33 | 0.47 |        |      | 未曾出遊>偶爾出遊 |
| 未曾出遊         | 553 | 2.41 | 0.47 |        |      | 偶爾出遊>經常出遊 |
| <b>偏差行爲</b>  |     |      |      |        |      |           |
| 經常出遊         | 356 | 1.25 | 0.52 | 2.98   | .051 |           |
| 偶爾出遊         | 618 | 1.19 | 0.42 |        |      |           |
| 未曾出遊         | 553 | 1.18 | 0.31 |        |      |           |

\* $p < .05$

## 四、討論

### 一、苗栗縣國中生之休閒參與、休閒無聊感及偏差行爲

#### (一) 國中生之休閒參與

苗栗縣國中生最常參與之休閒活動類型，以閱讀活動、娛樂活動、社交性活動、觀賞性活動及家庭活動為主，與許義雄等人（1992）的研究結果相似，青少年最常參與之休閒活動為消遣性活動、娛樂性及閒意性活動為主。換言之，苗栗縣國中生主要以靜態性活動為主，與台北市國中生之休閒活動有很大的差異（王梅香，2003），台北市國中生主要傾向動態、戶外和人際互動的休閒活動，可能是台北市國中生之課程壓力過大，學生希望能夠從事動態的休閒活動，藉以抒解其壓力，這也驗證許義雄等人（1992）所提，青少年期待的休閒活動為旅遊性、

戶外性之休閒活動切合。因此，建議苗栗縣國中生也能朝向旅遊性及戶外性休閒活動，藉以豐富其休閒生活。

## (二) 國中生之休閒無聊感

苗栗縣國中生之休閒無聊感傾向並不高 ( $M < 2.81$ )，休閒無聊感之前五名，分別是在休閒時間裡，無法脫離舊有模式、無事可做、缺乏動力參與休閒活動，且缺乏休閒技巧，認為休閒經驗並非生活重要的一部份，此研究結果與過去休閒無聊感之研究結果相似，國中生之休閒無聊感傾向並不高，且低度休閒無聊感之學生所參與之休閒活動，以電視、閱讀、音樂欣賞、逛書局、逛街為主 (陳南綺，2000)，相對的，也間接驗證了 Iso-Ahola and Crowley (1991) 所提高度休閒無聊感的青少年，所參與的休閒活動以劇烈性的體能活動為主，如：飆車及夜間的遊蕩。另外，本研究亦印證了 Iso-Ahola and Weissinger (1990) 所提之，缺乏休閒技巧將限制其休閒參與的機會，導致休閒無聊感的產生，可能會伴隨有負面的情感及認知觀念出現。建議未來應提升國中生參與休閒活動的機會及技巧，藉以提升其休閒參與品質。

## (三) 國中生之偏差行爲

苗栗縣國中生之偏差行爲傾向較低 ( $M < 2.0$ )，偏差行爲之排序前幾名，分別為在公共場所喧嘩嬉鬧、考試作弊、故意破壞學校公物、毆打或威脅學生及酗酒等項目，換言之，苗栗縣國中生的偏差行爲類型並不嚴重，屬於輕度狀況，與

過去國中生偏差行為之研究結果相同（王梅香，2003；張秀慧，2001）。陳淑湘（1999）也提及青少年與偏差同儕的結合程度越高，越傾向負面的休閒型態，且經常從事不良的休閒活動型態，如：遊樂型活動、感官型活動，會出現越多的偏差行為；相反的，苗栗縣國中生的休閒活動，屬於正面且靜態性的活動，如：閱讀活動、娛樂活動、社交性活動、觀賞性活動及家庭活動。儘管這樣，多參與體能性、運動方案的休閒活動，可以降低偏差行為及犯罪的可能性（王淑女，1995），因此，建議苗栗縣國中生能多參與體能性的相關活動。

## 二、不同變項國中生之休閒參與、休閒無聊感及偏差行為

### （一）不同性別國中生之休閒參與、休閒無聊感及偏差行為

在不同性別上，苗栗縣國中生之偏差行為達到顯著差異，在休閒參與及休閒無聊感上沒有達到顯著差異。苗栗性男性國中生之偏差行為程度高於女性學生，過去的研究結果相同（王梅香，2003；張秀慧，2001），其可能的原因為男、女性國中生在偏差行為上，可能受到社會規範的約束程度有關，女性受約束的程度較高，所以在偏差行為之得分較低（陳婉容，2002）。

不同性別國中生之休閒參與程度相同，與過去的研究結果相異（王梅香，2003），過去認為男性學生參與休閒活動的程度高於女性學生，但本研究之男性與女性學生之休閒活動參與程度並沒有差異，以靜態休閒活動為主，包括：閱讀活動、娛樂活動、社交性活動、觀賞性活動等（許義雄等人，1992；翁玉珠，1995）。

雖然如此，過去的研究還是認為，性別是最能預測青少年休閒活動參與情形的主要變項(Garton & Pratt, 1991)，也會影響不同休閒活動的選擇，主要是受到社會中性別角色期待的不同，進而造成休閒活動參與之不同(Bishop, 1970)，未來亦可針對性別與休閒參與進行研究，不可將此變項其排除在外。

苗栗縣國中生之休閒無聊感，並不會因為性別的關係而有所差異，與學者的研究結果相同（陳南綺，2000；Iso-Ahola & Weissinger, 1990），其可能的原因是本研究對象屬於就學階段之青少年，屬於同質性的社會情境，主要以靜態性及低技巧性之休閒活動為主，其休閒無聊感並不會因為性別而有所差異。

## （二）不同年齡層國中生之休閒參與、休閒無聊感及偏差行為

在不同年齡層上，苗栗縣國中生之休閒無聊感及偏差行為達到顯著差異，僅休閒參與上沒有達到顯著差異。在休閒無聊感方面，15 歲以上國中生之休閒無聊感高於 13 歲以下之國中生，與學者的研究結果相同（施清發，1999；陳婉容，2002），其可能的原因為 15 歲以上的國中生面臨升學及課業的壓力，以致在休閒活動中無法充分的需求滿足，產生高度的休閒無聊感，可能會出現不良的行為，如：暴飲暴食、酗酒、賭博及藥物濫用等行為的出現（Iso-Ahola & Weisinger, 1987）。因此，對於高度休閒無聊感的學生要更加重視，應誘導其參與動態性的休閒活動，有效的降低其休閒無聊感。

在偏差行為上，15 歲以上國中生的偏差行為得分高於 14 歲的國中生，與學

者過去的研究結果相同（施清發，1999；陳婉容，2002），其可能的原因為隨著年齡的增長，青少年具有更多的自主選擇權力，且 15 歲以上的國中生即將畢業邁向另一個階段，他們的行為舉止與結識的朋友，會逾越國中生的既定規範（陳婉容，2002），Yang(1999)更提到 15 至 17 歲是青少年偏差行為的高峰，且偏差行為會隨著年齡而升高。因此，應更加關注 15 歲國中生的行為，有效降低偏差行為的出現。

### （三）不同零用金國中生之休閒參與、休閒無聊感及偏差行為

在不同零用金上，苗栗縣國中生之休閒無聊感與偏差行為達到顯著差異，僅休閒參與上未達顯著差異。在休閒無聊感方面，零用金非常不夠用之學生休閒無聊感高於零用金非常夠用者，其可能的原因為青少年想要參加消費性的娛樂性活動，但缺乏零用金而無法成行，當需求不被滿足時，即造成高度的休閒無聊感產生（陳淑湘，1999；Iso-Ahola & Weissinger,1987），本研究也證實了休閒無聊感會受到經濟狀況的影響（陳南綺，2000）。

在偏差行為方面，零用金非常不夠用學生之偏差行為得分高於其他四組（不夠用、剛剛好、夠用及非常夠用者），與陳婉容（2002）的結果相同，其可能原因為青少年經常流連於消費性娛樂場所（如舞廳、冰宮、撞球場），其從事偏差行為及犯罪傾向極高。另外，緊張理論也提到，青少年所抱持的立即性目標（購買時尚物品），無法以合法的手段去達成，即產生挫折感及偏差行為（Yang,

1999)。

#### (四) 不同出遊頻率國中生之休閒參與、休閒無聊感及偏差行為

不同之出遊頻率，苗栗縣國中生在休閒無聊感達到顯著差異，但休閒參與及偏差行為上未達顯著差異。在休閒無聊感上，未曾出遊之國中生休閒無聊感得分高於偶爾出遊、經常出遊者，且偶爾出遊者之休閒無聊感得分也高於經常出者。換言之，時常參與休閒活動者，可以有效的降低休閒無聊感，也間接證明了休閒參與頻率與休閒無聊感呈現負相關（張秀慧，2001），也支持參與休閒活動可以放鬆心情、抒解壓力、消除疲勞、調劑身心與鍛鍊身體等功能，進而達到社會互動自我實現的目標（林東泰，1997）。

## 伍、結論與建議

### 一、結論

#### (一) 苗栗縣國中生休閒參與、休閒無聊感及偏差行為

在休閒參與方面，苗栗縣國中生之休閒活動型態以靜態活動為主，其休閒活動之排序為，閱讀活動、娛樂活動、社交性活動、觀賞性活動及家庭活動為主，在休閒無聊感及偏差行為方面，苗栗縣國中生之休閒無聊感傾向不高，且偏差行為類型不嚴重，偏差行為之程度也非常輕微。

## (二) 不同變項苗栗縣國中生之休閒參與、休閒無聊感及偏差行為

苗栗縣國中生之休閒參與並不會受到性別、年齡、零用金及出遊頻率的影響；其休閒無聊感會受到年齡、零用金及出遊頻率的影響；其偏差行為會受到性別、年齡及零用金的影響。

## 二、建議

### (一) 增加國中生參與旅遊性或戶外性活動的機會

苗栗縣國中生之休閒型態為靜態之活動為主，如：閱讀活動、娛樂活動、社交性活動、觀賞性活動及家庭活動，建議未來能夠增加旅遊性活動、戶外性活動之參與次數及頻率，藉以透過休閒活動，達到身心健康之目的。

### (二) 培養苗栗縣國中生休閒活動技能

苗栗縣國中生雖然休閒無聊感之傾向不高，但有一部份的學生缺乏參與休閒活動之技能，建議未來能夠多培養學生休閒活動之技能，藉以提升參與休閒活動之品質。

## 國中生休閒參與、休閒無聊感與偏差行為之研究

### 參考文獻

- 王梅香（2003）。*台北市青少年休閒參與型態與偏差行為之研究*。未出版之碩士論文，台北市，台北市立體育學院運動科學研究所。
- 王淑女（1995）。青少年的休閒活動與偏差行為。*社區發展季刊*，27 期，105-23 頁。
- 行政院文化建設委員會（2004）。*2004 年文化白皮書*。台北市：文建會。
- 林東泰（1997）。*青少年休閒價值觀之研究*。台北市：行政院青年輔導委員會。
- 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*。未出版之碩士論文，高雄市，高雄醫學院行為科學研究所。
- 翁玉珠（1995）。*青少年休閒活動傾向、凝聚力與情緒調適之相關研究*。未出版之碩士論文，台北市，中國文化大學家政研究所。
- 張玉鈴（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*。未出版之碩士論文，高雄市，國立高雄師範大學輔導學系。
- 張秀慧（2001）。*國中生刺激尋求動機、休閒意願、休閒無聊感及偏差行為之相關研究*。未出版之碩士論文，高雄市，國立高雄師範大學教育學系。
- 許義雄、陳皆榮、陳麗華、張少熙（1992）。*青年休閒活動現況及其阻礙因素之研究*。台北：青年輔導報告。
- 陳南綺（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*。未出版之碩士論文，桃園縣，國立體育學院體育研究所。

國中生休閒參與、休閒無聊感與偏差行為之研究

陳婉容 (2002)。青少年休閒行為對偏差行為相關之研究。未出版之碩士論文，桃園縣，國立體育學院體育研究所。

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型態分析。未出版之碩士論文，台中縣，靜宜大學青少年兒童福利研究所。

黃富源 (2006 年，3 月 17 日)：當前我國青少年犯罪原因與對策，引自網址 <http://www.npf.org.tw/monthly/00204/theme-081.htm>。

黃德祥 (1991)。犯罪青少年刺激尋求與社會技巧之分析研究。國立彰化師範大學輔導學報，第 14 期，頁 51-92。

經濟部 (2006 年 3 月 17 日)。觀光客倍增計畫。引自網址 [http://hirecruit.nat.gov.tw/chinese/html/taiwan\\_05\\_06.htm](http://hirecruit.nat.gov.tw/chinese/html/taiwan_05_06.htm)。

劉素秋 (1997)。青少年之休閒活動與犯罪之相關性研究。未出版之碩士論文，台北市，國立政治大學社會學系。

Bishop, D. W. (1970). Stability of the factor structure of leisure behavior: Analysis of four communities. *Journal of Leisure Research*, 2, 160-170.

Garton, A. F., & Pratt, C. (1991). Leisure activities of adolescent school students: Predictors of participation and interest. *Journal of Adolescence*, 14, 305-321.

Iso-Ahola, S. E. & Weissinger, E. (1987). Leisure and Boredom. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 5, 356-364.

Iso-Ahola, S. E., & Crowley, E.D. (1991). Adolescent substance abuse and leisure boredom. *Journal of Leisure Research*, 23(3), 206-271.

Iso-Ahola, S. E., & Weissinger, E. (1990). Perceptions of boredom in leisure: Conceptualization, reliability, and validity of the leisure boredom scale. *Journal of Leisure Research*, 22(1), 1-17.

Skogen, K., & Wichstrom, L. (1996). Delinquency in the wilderness: patterns of outdoor recreation activities and conduct problems in the general adolescent population. *Leisure Studies*, 15, 151-169.

Weissinger, E., & Iso-Ahola, S. E. (1992). Use of recreation majors as research subject: differences between majors and nonmajors on leisure-related variables. *Leisure Sciences*, 14, 327-335.

Widmer, M. A., Ellis, G. D., & Trunnell, E. P. (1996). Measurement of Ethical Behavior in Leisure among High and Low-Risk Adolescents. *Adolescence*, 31, 397-408.

Yang, Min-Lin (1999). *A leisure-related multivariate model for adolescent delinquency*. Unpublished doctoral dissertation, Department of leisure studies, University of Urbana-Champaign.