

# 社會服務與休閒產業研究

## 第二期目錄

2013年8月30日出刊

總編輯序.....	I
論後現代主義社會工作質性研究.....	1
吳鄭善明	
高低工作和自我取向之大專網球選手在自我談話之差異研究.....	16
賴素英	
台灣大專網球選手成就動機水準之研究.....	27
賴素玲	
高雄市偏遠地區國民中學教育資源共享意見之調查研究.....	38
王文霖、陳志明、洪雪鳳、古國宏、李森源	
遊客對高雄市橋頭糖廠滿意度之研究.....	58
林紀玲	
運動介入對高齡者功能性體適能影響之研究.....	71
蘇蕙芬、蔡永川	

# Social Services and Leisure Industry Research

## Volume 2

August 30, 2013

Preface.....	I
A Critical of the Social Work Qualitative Research from the Post-modernism .....	1
<b>Cheng-Shan-Ming Wu</b>	
The Differences of High and Low Ego-Orientation and Task-Orientation on Self-Talk for College Tennis Players .....	16
<b>Su-Yin Lai</b>	
A Study of Achievement Motivation Levels of Collegiate Tennis players in Taiwan.....	27
<b>Su-Ling Lai</b>	
A Research of Kaousiung County's Remote Junior Middle High School's Educational Resources, Current Status and Sharing Strategies .....	38
<b>Wen-Lin Wang, Zhi-Ming Chen, Shueh-Feng Hung, Guo-Hong Gu, Shen-Yuan Lee</b>	
Tourists Satisfaction of Ciaotou sugar Refinery.....	58
<b>Chi-Ling Lin</b>	
Exercise Intervention Effects on Functional Fitness Test of the Elderly.....	71
<b>Huey-fen Su, Yung-Chuan Tsai</b>	

## 總編輯序

本刊自去年8月創刊自今，已歷經一年，投稿者來源廣泛，已擴及全國各社會科學領域師生投稿，例如本期有國立大學與技職科大老師加入投稿行列，是本刊尚感欣慰之事，俗話說萬事起頭難，草創初期知名度尚未建立，故稿源尚不甚多，然從本期投稿論文內容分析，包括文獻探討文章（paper review）及原創性文章（original research），其專業領域包括社工、教育、運動、休閒、體適能等論文，顯示本期刊已獲得社會服務領域學者注意。未來期望有更多相關領域師生踴躍投稿，尤其是實務之技術研發報告（如餐旅、珠寶…等），使本期刊學術水準更加提昇，內容更為豐富與多元，這也是本刊未來要努力的目標。本次期刊共有8篇投稿，最後通過6篇，通過率為75%，未來在稿源增加下，逐步加強審機制，提昇本刊之學術水準。

本刊前期（創刊號）已申請 ISBN 註冊（ISBN 978-986-6486-12-8），第二期已通過 ISSN（ISSN 2308-3204）註冊，未來將加強宣傳及發送投稿資訊給相關領域同儕，期待更多校內同仁與校外相關領域同儕投稿分享學術研究心得，使本刊能永續發行。當然也感謝院內外同仁的支持，也感謝本刊執行編輯古國宏老師的辛勞與努力。最後也希望藉由本刊之發行促進校內師生學術交流，提升教師研究之能見度及研究水平。

總編輯

美和科技大學民生學院院長 劉照金 教授

2013年8月15日

## 論後現代主義社會工作質性研究

吳鄭善明

美和科技大學社會工作系

### 摘要

本文是在探討後現代主義下社會工作質性研究，本文目的是在瞭解後現代主義下社會工作實務與社會工作質性研究，故本文先探討後現代主義基本主張（再次揭櫫對人性關懷專業省思等 5 點），並探討社會工作質性研究內涵（民族誌領域的發展等 3 點）。本文結論，筆者針對後現代主義社會工作質性研究議題（實證主義量化研究標準化之影響等 6 點）討論，期使後現代化社會工作質性研究者能抱持時時刻刻自我反省態度與接納不同意見的精神對被研究者進行研究及批判反省。

**關鍵詞：**後現代主義、社會工作質性研究

## 壹、前言

何謂知識？知識的起源如何被建構？知識如何被建構？由於對知識的問題看法與詮釋不同，造就了社會工作在探討人類情境量化與質性研究上的取向，而量化研究、質性研究各自擁有不同的假設與觀點，形成了社會工作研究上因不同取向使得人類社會生活事件探討有了多樣化選擇，這種多樣化選擇並非具有絕對二分法辨別，甚至有時候兩者可相輔相成探究出更深入化、更豐富性與活潑性之結果。

社會型態產生改變時，知識產生方式隨之調整改變，如同王增勇等如六位以下王增勇等譯(2005)、Kuhn (1970) 所指出「典範轉移」概念。社會工作即是解決人類問題為職志，改善社會環境，期使個人與環境調和，社會工作本身即為是助人專業的活動與過程（林萬億，2006；林勝義，2008；李增祿等，2009）。案主問題與需求探討應要符合實際情況才能對案主整個情境脈絡有一完整瞭解而能提供適切的服務。在社會現象無時無刻轉移變化下，社會工作者為了可以精確理解與掌握社會問題脈動，則必須隨之因應轉變其知識生產來源。

1980 年代以降，「實證主義」為首的量化研究逐漸與多元化研究取向產生許多激盪，尤其在後現代主義下社會工作專業服務取向上有某種程度調整，例如：基變社會工作、女性主義、增加權能與倡導觀念，不再以簡單直線因果關係概念探討案主問題，反而融入案主生活情境與感受其生活經驗，期能獲得案主真正問題產生各種形象，陳向明（2002）、胡幼慧等（2008）、Best and Kellner（1991）、Denzin and Lincoln（1994）、Maxwell（1996）等人提出以下研究思考點：

- 一、不強調自然主義現象：人類社會現象的複雜性無法以簡單的自然世界科學性方法來因應，人類事務包含了意義的詮釋與賦予，社會上弱勢族群問題無法像「撞球」一樣直接的、一對一的或一對多的單向因果關係，且案主問題呈現與社會工作福利服務項目會因環境的轉變而時時刻刻在變化。對於複雜的社會情境必須親自透過個人生活世界體驗才能一窺究竟，並注重社會現象的整體性與關聯性，如同質性研究提倡在未加工與安排社會情境中去瞭解人類生活方式。
- 二、批判理論論者：對於理論反映實體之現代信仰的批判，理論只能提供有關研究對象部分觀點。再者，社會工作研究都被「專業技能取向」所宰制，只關心服務績效而忽略了人性關懷。
- 三、對意義的「解釋性理解」：量化研究可以數據或事實代表所觀察到的結果，未加以重視被研究者或案主的個人經驗和意義建構而做出「解釋性理解」或「領會」，研究者需要在自然的情境中對被研究者或案主的生活故事和意義建構做出解釋。
- 四、重視研究關係：為獲得更深入的重要生活訊息，研究者必須與被研究者建立良好的關係。且此關係是經過兩者不斷互動與心靈交流才可建立出平行伙伴關係，不再具有專業化階層關係。因此，研究者不再以專家學者之姿對被研究者進行宰制下研究，而研究結果只是對專業再次檢視，忽略了被研究者本身真實情境感受。實證主義典範之科學化量化研究因受到人類行為複雜性、不可預測性而有所限制，致使回歸到個人生活經驗與生活脈絡體驗為主之質性研究。實證主義的解釋是立基

於概括性法則基礎上，研究者是採用邏輯演繹因果關係去探討社會現象。齊力等（2003）表示，實證主義的觀點基於理論架構下是可運用於人類行為法則的放諸四海皆準，然此種作法容易忽略掉人類特質的個別化差異與獨特性。Habermas（1968）認為，實證主義量化研究是強調「實證主義」、「固定階梯式研究步驟」模式，以邏輯演繹方式去探討社會現象間關係。Habermas（1968）再指出，質性研究強調「循環式建構主義研究」模式，它主張探討社會現象間人們的符號、意義與解釋的建構，且沒有「絕對真相」，而所有的知識都存在於與生活情境脈絡連結網中。Owens（1982）指出，質性研究是著重研究者與被研究者或案主共同進行的工作，且亦強調雙方之間的互動，在此互動過程中特別強調彼此關係與倫理道德議題。質性研究是面對多重現實的探究與建構持續不斷的過程，而這是動態的過程，研究者與被研究者兩者都會改變，在研究中的蒐集資料與分析資料會變，研究結果的建構與理論方式亦隨之改變，這是與「量化研究」之靜態研究取向不同點。這種強調實踐與研究多元取向以瞭解被服務者生活經驗之研究形式與現今後現代主義主張有諸多相似性。

## 貳、後現代主義基本主張

### 一、後現代主義發展、本質與內涵

#### （一）後現代主義發展

18 世紀開始法國的啟蒙運動以知識、理性與科學破除了人類的迷信和無知，使全世界進入了物質文明與發達的現代化的結果，而此種現象發展至 19 世紀末 20 世紀時，達至最高峰，形成了現代主義。現代主義社會代表著知識、理性、科學的發展，促進社會進步、人類生活水準大為改善，但此種情形卻因過度重視工具化理性的知識觀，迫使人類親近「物化」而逐漸失去了個體主體性，激發了個體自我意識覺醒之「後現代主義」應運而生。黃瑞琪（2000）提出，新媒體科技所製造的虛擬世界，重新塑造了人類對於時空的認知，且亦模糊了真實性與超現實性的區辨，進而產生了新的生活經驗與主體性，為回應此情勢，後現代主義在人文及社會科學專業領域中被廣泛的討論，這是不容忽視的事實。後現代主義則已超越了具體形象物體界限走向浩瀚無邊思考空間並創造出多采多姿生活世界。

「後現代」哲學觀點可追塑至 19 世紀中葉，而「後現代主義」一詞是從 1930 年代開始被使用，且最早出現於文學領域，1934 年在西班牙作家費德里克·歐尼斯（Federico de Onis）的《西班牙和拉美詩歌精選》的文學批評作品中，他使用了後現代主義來描述「玩不出花樣、溫和的保守現代主義」（Calinescu,1977）。1950 年代末期，美國使用後現代主義代表哀悼現代主義運動衰竭，並指出現代主義已走入盡頭，新感性情境即將出現。歷史學家 Tonybee 在 1947 年發表了《歷史研究》期刊，引用了「後現代」的概念來代表一個新的歷史或時期（Tonybee,1954a, 1954b），並指出 1875 年以來出現的某些西方文化與多元化的傾向，且意有所指「19 世紀與 20 世紀之交」時期科技快速變遷及科技創新對人類事務領域的衝擊，逐漸超越人類道德。

由於後現代主義的盛行，致使整個研究方法開始著重關心於細節、微小觀點來關懷弱勢族群，並透過語言互動與觀察溝通方式來發掘事實。誠如唐小兵譯（1990）指出，

近代西方具有「全面的懷疑」特徵，是對群體產生懷疑，且是屬於個人的事，這代表著以敘述、敘說的方式來建構社會實體，這與現代主義強調理性、特定規則與規範全然不同。Lyotard (1984) 表示，後現代化主義的流行，促使政治、經濟、社會、文化等整體現象朝向後設的敘述來發展。換言之，後現代主義可說是現代主義的反動代表，且對現代主義的價值、信念、文化、意識型態與經濟行示之省思，它對政府、社會、學校等之權力與地位抱持著質疑與解構概念。

## (二) 後現代主義本質與內涵

後現代主義沒有絕對的答案，亦即是沒有明確的意向，例如：它並沒有依據一套理論、假設與「放諸四海皆準」的明確原則，它不過視為一種情緒感受、一種不依照規章又實在的現象，或者是一種飄忽不定、若隱若現的影子而已，但我們可從以下的討論中，在現今社會工作研究捕捉到它的形象，分述如下。

### 1 再次揭發對人性關懷專業反省

後現代主義傾向把方法應用在較為廣泛與複雜的社會現象，並加強對社會邊緣者與弱勢族群實地關懷，且在探究他們的問題時，應深入瞭解外顯行為之內在深層真實的意義，它反對以合理性、理論性、無矛盾性與實證假設方式之實證主義來解釋弱勢族群問題，倘若採取某一種理論來說明複雜的社會現象與問題時，這會易產生刻板印象與失去真實性，且易失去對人性本質的關懷，因此，運用量化研究方式探討弱勢族群問題雖可立即反映出具體明確的結果呈現，但這種結果卻會造成研究者對弱勢族群形成不適當的論斷，這不僅未能反應出事實，且也可能造成被研究者的傷害。

社會工作者也傾向把方法應用在較為廣泛與複雜的社會現象，並加強對社會邊緣者與弱勢族群實地關懷，且在探究他們的問題時，應深入瞭解外顯行為之內在深層真實的意義，同時也反對以合理性、理論性、無矛盾性與實證假設方式之實證主義來解釋弱勢族群問題，倘若採取某一種理論來說明複雜的社會現象與問題時，就會容易產生刻板印象與失去真實性，且易失去對人性本質的關懷，因此，運用量化研究方式探討弱勢族群問題雖可立即反映出具體明確的結果呈現，但這種結果卻會造成研究者對弱勢族群形成不適當的論斷，這不僅未能反應出事實，且也可能造成被研究者的傷害。

### 2 解構的詮釋

後現代主義的方法論是從日常生活中透過研究者與被研究者不斷語言交流與個人主觀交流互動，以建構出從被研究者角度與觀點來看待社會事實，並非以某一種理論之標準化規則或規範來限制研究者對被研究者社會現象的詮釋。Foucault 個人常關注於地方性或特殊性的事件，而非世界性過程，他分析事物目的是發掘被壓抑的知識，不是建構「系統化理論」(引自蔡采秀譯，2000)。因此，後現代主義方法論是從多元化過程與多元因素觀點來看待社會現象與社會事物的變動性，它能協助我們理解社會現實的一些瑣碎的、協商的特質，更重要的是不斷的與個體互動以建構事實，它所注意的是無窮無盡的詮釋活動。Bauman (1989) 表示，後現代主義必須瞭解流動的、可變的社會背景，藉由自主的、互不協調的行動中保持動態，以解構原有的知識與理論的霸權，而重新建構具有人性化的知識。後現代主義對於社會適時瞭解非以某一理論或某一觀點予以驗證，而是從細微社會事件不斷互動與詮釋，加以建構出已被研究者個體為主的社會事實

社會工作質性研究發展至今，較偏向於後實證論，在蒐集資料上是從日常生活中透過研究者與被研究者不斷語言交流與個人各自自主觀交流互動，以建構出從被研究者角度與觀點來看待社會事實，並非以某一種理論之標準化規則或規範來限制研究者對被研究者社會現象詮釋。後現代主義方法論是從多元化過程與多元因素觀點來看待社會現象與社會事物的變動性，它能協助我們理解社會現實的一些瑣碎的、協商的特質，更重要的是不斷的與個體互動以建構事實，它所注意的是無窮無盡的詮釋活動。Bauman (1989) 表示，後現代主義是必須瞭解流動的、可變的社會背景，藉由自主的、互不協調的行動中保持動態，以解構原有的知識與理論的霸權，而重新建構具有人性化的知識。後現代主義對於社會適時瞭解非以某一理論或某一觀點予以驗證，而是從細微社會事件不斷互動與詮釋，加以建構出已被研究者個體為主的社會事實。

### 3 個體的詮釋優先

後現代主義不特別重視知識基礎的發展與應用與其理論化之過程，相反的，它對於社會事實的詮釋與知識建構的立基點是扮演著以被研究者個體為主解構的重要角色，它強調解構然後再重新建構，它亦不喜愛用一套標準規則與規範去限制人們的思考世界，對於「意義」的詮釋，則視個體自行去反省與建構。所以，後現代主義是以研究者從自己的角度與觀點透過與被研究者主體交互反應來詮釋被研究者的生活經驗脈絡，如同王增勇等譯(2005)表示，論述實踐特性在於界定客體並強調主體性的優先。Rabinow(1986)指出，身體的主體性建立是掙脫社會控制與欺騙的唯一途徑。其焦點是從理論、知識與資料轉移到以語言方式呈現之形式，重視研究者獨自風格、特色與文本的產出，也就較不關心研究結果及其推論與驗證。故後現代主義極為重視個體獨特性，有時會與主流文化背道而馳，然仍尊重個體自己詮釋意義結果且加以包容與接納。

社會工作質性研究也不特別重視知識基礎的發展與應用與其理論化之過程，相反的，它對於社會事實的詮釋與知識建構的立基點是扮演著以被研究者個體為主解構的重要角色，它強調解構然後再重新建構，它亦不喜愛用一套標準規則與規範去限制人們的思考世界，對於「意義」的詮釋，則視個體自行去反省與建構。社會工作質性研究是以研究者從自己的角度與觀點透過與被研究者主體交互反應來詮釋被研究者的生活經驗脈絡，使被研究者(或服務使用者)的聲音再現，如同王增勇等譯(2005)、Rabinow(1986)指出，個體主體性確立是擺脫被控制途徑，且清楚表達個體的聲音才能發揮主體性優先特質。其焦點是從理論、知識與資料轉移到以語言方式呈現之形式，重視被研究者獨自風格、特色與文本的產出，也就較不關心研究結果及其推論與驗證。故社會工作者極為重視個體獨特性，有時會與主流文化背道而馳，然仍尊重個體自己詮釋意義結果且加以包容與接納。

### 4 多元文化的論述

後現代主義的多元論是對社會現象進行真實性的描述，亦非以論證為主要手段，其研究方法論對於普遍性核心與價值有所質疑，而採用因應變動不斷的世界中「多元而異質的時空」特性而採用彈性方式固定之。並對於多元歧異化特質予以接納與包容，接受「多元的文化與論述」(Heller and Feher, 1988)。

徐震與李明政(2004)亦表示，後現代主義反對傳統實證主義知識論獨霸地位及反



對任何單一主體中心的思想建構。社會工作質性研究也考量與現今世界連結的方式及如何在社會生活中成形與具體呈現，甚至著重並協助社會生活的重新再建構，在這具體呈現多元主義與歧異化的情境中，要去包容個體文化間差異關係，並排斥普遍性，所以，它為因應多元化與變動化社會情境之需求而去加強整合地方性與全球性的特質，其方法論亦是強調從日常生活中細節部分加以整理、歸納，以建構出多元文化的社會，接受「異議的異質性」是當今社會存在普遍性的行為模式。在這種多元性、複雜性與異質性社會中，產生不同特色文化，故對社會適時論述則採用多元化角度與觀點因應之，以便能順應後現代化主義世界。

#### 5 持續不斷的變動意義與觀點

由於社會事實是透過建構而來的，知識的來源與基礎無法以「對」、「錯」二分法方式區隔，即沒有絕對的對錯之分，「意義」的建立與「觀點」形成是經由個體主觀詮釋而來，所以，它們是保持持續的變化與變動，沒有實質具體明確的規則、規範可遵循，甚至沒有一個根本的基礎可言，換言之，這個世界的實體是變動而運行。Lyotard (1984a) 指出，世界上沒有一種放諸四海皆準的共識、真理與方法，所謂的人類生活世界，它所追求的是「不確定性」、而非產生「超驗的」真理。Capper (1995) 亦提及，世界是永遠變易而行的。後現代主義社會工作質性研究者不似現代主義的一元方法論或真理、理論所形成專業權威與中心性及優勢文化所產生霸權的宰制關係，而是以流動論、可變動論取代的是接受社會多元化，不斷變動化與去中心化主義之本質。

綜合上述討論，筆者從社會學、文化學等觀點討論出後現代主義特質，共有以下六點，分別為：一、對人性關懷與反省。二、解構的詮釋。三、個體的詮釋優先。四、多元文化的論述。五、持續不斷的變動意義與觀點。後現代主義打破了鉅型單一敘述理論合法性，強調文本是由多元角度與多元觀點建構而來，並接納個人多采多姿生活經驗並對意義賦予多樣化的詮釋且能肯定不同聲音的價值與地位。Bauman (1991a) 指出，要瞭解後現代主義要先認知「確定性不存在，但仍努力不懈追求知識」。在後現代主義中對於社會事物不確定性是可以接受與容忍範圍內，因它本身哲學基礎即是尊重多元化、歧異化特質，認定社會是「永遠變動的意義與觀點之建構」。

### 參、社會工作質性研究探討

在許多社會科學研究領域中，量化研究是以科學與數字及精確應是密切相關之取向成為研究主流，但對於質性研究卻冠上非科學、無效的特質，甚至此研究方法是不被需要的，1980 年代開始，質性研究典範逐漸受人重視與運用，尤其對於社會弱勢族群關懷與問題發掘，此種研究方法落實到深入關切他們周遭生活經驗。如同社會工作發展軌跡，不斷對於弱勢族群發掘其問題，並以互為主體同理心來感受弱勢族群的狀況，藉由此方法才能達到社會工作解決弱勢族群問題之功能與目的。Peacock (1986) 指出，質性研究是對人類及其文化進行詳細的、動態的、情境描繪的方式，這是探究特定文化中人類生活方式、價值觀與其行為模式。Denzin and Lincoln (1994) 認為質性研究是跨學科、超學科，且是反科學的研究領域。此研究方法是要讓研究者進入被研究者生活領域一起互動生活，並透過自己親身體驗瞭解被研究者生活中事物的意義。社會工作質性研

究具備整合性學科以開放心胸不預設立場來對被研究者生活動態、生活情境透過動態過程深入瞭解其特質，並能掌握整個生活經驗與生活脈絡。如同 Shaw and Gould (2001) 指出，社會工作質性研究主題有服務使用者與社會工作者行為與態度、再次呈現服務使用者聲音、機構組織文化、評估複雜社會政策推動等，性質即是被研究者提供資料可解釋他們自己差異性世界，且以被研究者角度來理解他們的世界。社會工作質性研究起源可從以下觀點探討，分述如下。

### 一、民族誌領域的發展

研究者並非以感同身受的觀點與角度去看待被研究者，雖然其研究結果具有客觀性特質，但卻與被研究者保持一定距離，且彼此並未有密切互動關係，亦言之，共同建構出雙方所能接受的意義。所以，研究者所獲得結果資料與事實真相是有差距性。胡幼慧等 (2008) 指出，1886 年，美國哥倫比亞大學人類學系系主任 Bias 把質性研究帶入研究者進入實地情境作為研究之開端，他強調研究者應以被研究者之語言文本為主來蒐集資料，這樣才可使文本以被研究者角度與觀點來看待其生活事件。Wax (1971) 指出，Bias 常與被研究者一起互動生活，並去傾聽他們的話語，以建構被研究者他們自己透過語言而建構屬於自己的文本。Malinowsk 在 1914 年感受到在人類學研究方面的研究，存在著被研究者（土著）歧視且被視為「野蠻人」。Denzin and Lincoln (1994) 認為質性研究深入被研究者生活情境這只不過是蒐集資料的呈現而已。因此，提倡研究者應與被研究者生活在一起，並與之親切互動與交往，並以他們熟悉語言與行為進行訪談，才能獲得更為深入的資料訊息。所以，民族誌研究取向以被研究者本身觀點、視野及日常生活模式為主，來探索他們自己的生活經驗，並建構整體性脈絡及通盤理解。

### 二、自我反省（內省）、意識覺醒

十九世紀中期前的研究（如：民族誌等）大都具有由殖民觀點來探討被研究對象，西方學者常自認為自己以「客觀性」角度與觀點對非西方文化描述，殊不知其中涉入許多偏見、歧視與刻板印象，直到 1930 年到 1960 年，隨著殖民主義的衰落，西方人類學家逐漸對自己研究態度與取向作一自我反省的意識。Nader (1972) 指出，西方人類學家對於非西方「文化」之殖民作用已作一深入反省意識，並對自己研究者的「政治」身分與權利地位認真的自我省思。而人類學家與社會學家在民族誌研究中長期的與被研究者的城市居民共同生活一起，去瞭解他們所關心的事情及日常生活中的困擾而找到了共同點，因此，他們認為獨特文化無處不有，應把這些獨特性予以記錄下來，對研究的發現會有意想不到的結果。

直到 1960 年代以後，受到現象學與闡釋學的影響，造成了量化研究的反動，Matza (1969) 認為，唯有研究者對被研究者的生活方式、價值觀念及他們所關心的事物抱持著尊重、接納態度，才能「真實」呈現他們日常生活面貌。Whyte (1982) 曾指出，研究者不再只是「客觀」蒐集資料，且要親自感受被研究者思想、情緒與感覺。Bryman (1992) 指出，此時期的傳統實證主義「驗證假設」之量化研究被質疑，且其研究結果是否有足夠證據推論到母體是有待澄清，當時質性研究者則重視意識到自己與被研究者間是存在「主體間性」的關係，研究者是行動者、研究者不再是以「客觀、單一觀點」看待複雜多變化社會實體，而是研究者與被研究者彼此互動、相互建構、共同理解的過

程，以建立彼此都能認同的「意義」。自 1960 年代以後，質性研究能為社會弱勢與社會問題提供不同層次關懷，因而在以助人為主要宗旨之社會工作領域中被廣泛運用，研究者本身與被研究者共同尋找雙方認同之「意義」，且研究者不再以「客觀者」自居來瞭解被研究者問題或自行定義他們生活事件，這確有可能含有偏見的結果。研究者透過「互為主體交互作用」方式，藉以獲得被研究者生活情境與問題之全貌，透過實際行動研究以建構出解決問題之最佳途徑。

### 三、研究者權力、地位的反思

1980 年代以後，世界邁向「多元文化」風潮下，提倡了不同文化、種族、價值的包容、尊重與接納，而質性研究亦感染上此流行，甚至在後現代主義下，許多研究者意識到不應以「客觀」手段對被研究者下了歧視、偏見之結論，相反的，研究者與被研究者地位平等，不應宰制被研究者。尤其在社會工作本質極特別強調社工者對案主抱持同理心與建立專業關係，而此專業關係即建立在兩造間平等、感同身受的態度來因應案主所面臨的問題，故特別強調社工者與案主專業關係之伙伴平等互動關係。如同 Marcus and Fischer (1986)、Rorty (1992)、Stoller and Olker (1987)、Taylor (1989) 與 Clough (1992) 觀點，研究者意識到自己不能成為「他人」，且對性別、社會階層、種族之反射與省思。研究者是再現世界，甚而創造新世界，研究者解離自己在此研究體系中之權力、地位與政治，而不斷的自我反省並瞭解自己在建構研究結果過程中可能重構現實的政治、權力與地位的作用。

國內外專家、學者陳向明 (2002)、胡幼慧等 (2008)、Denzin and Lincoln (1994) 指出，1990 年代起，後現代主義思潮盛行，亦連帶影響到質性研究的發展，而傳統質性研究與寫作方式產生危機，新的理論視角與認識論呈現新的風貌，後現代主義是對現代主義信仰產生了質疑，且對於任何形式「權威」予以否定，後現代主義科學基礎基本特質（如：不穩定性、不確定性、非連續性等）逐漸取代了現代主義科學模式（如：決定性、穩定性、有序性、漸進性、線性關係等），弱勢族群問題（如：少數民族、女性、身心障礙者、同性戀等）開始著重去探究個體本質，而不再依據一套標準來對待任何事物，而對他們予以標籤化、歧視化甚至社會排除。

在後現代主義時期，質性研究發展亦隨之強調社會行動與社會變遷間緊密結合，質性研究不再以「靜態」的實證主義研究為主，反而越來越重視研究「動態」過程之價值及其中所隱含的意義。研究者體驗到複雜的人類社會關係存在各式各樣階級制度和權力約束，在研究上不易保持客觀、價值中立，然而，質性研究卻可協助研究者以深入情境之感同身受經驗去體悟被研究者生活經驗，甚而「真實的」呈現出被研究者的反應與行為表徵。

### 肆、後現代主義社會工作質性研究議題討論

質性研究之研究者與被研究者關係是平行伙伴關係，且兩者是不斷的透過語言與互相交流來建構出彼此間都能接受與認同的意義，質性研究結果是以「我可以如何說我的故事？」方式來表示自己個人內在心理感受與生活經驗，研究者的反省程度即反應出研究者對被研究者的關注，且對其過程極為重視，尤其在社會工作質性研究要積極發掘弱

勢族群真正問題所在，所以，在研究書寫方式常以「敘說」方式來探究，唯有如此，才能真正感同身受弱勢族群生活經驗中的問題與需求，並進而提供一套完整的社會福利服務。簡春安與鄒平儀（2004）表示，質性研究在「語言」上較貼切社會工作實務且在整個研究過程中是以被研究者角度看其問題，而非以某種理論來驗證被研究者的社會現象。

在後現代主義思潮下，研究取向不以傳統實證主義量化研究為主要探索社會現象或社會問題之研究方法，並開始著重以被研究者觀點與立場來對待其問題，深入瞭解表象之內在深層涵義，而促使質性研究以多元化、歧異化及歸納方式來探索變化無常之社會現象，這亦造成質性研究呈現出彈性與多元化形式之特質，社會工作亦是在複雜社會現象中不斷以動態方式來探究其本質是不謀而合。Manning（1995）指出，質性研究在後現代主義推波助瀾趨勢下，其研究主題、種類上呈現出多元化的發展態勢。社會工作質性研究發展至今，它雖開創了另一種獨特的研究型式，然在後現代主義發展情形下，仍面臨一些值得討論議題，現分述如下。

#### 議題一：實證主義量化研究科學化標準之影響

從質性研究歷史發展過程中，源頭仍是受到量化研究標準化之科學觀念所影響，且發展至今許多號稱質性研究專家、學者或多或少仍是以客觀、理論觀點進行質性研究，因此，質性研究結果卻隱含量化的影子陳述常會造成許多的困惑。Steward（1998）指出，質性研究至今仍是採取模仿量化研究的準則，或另設標準，或應採取什麼樣的科學論述標準，這些議題常會困擾著質性研究者。雖然質性研究者認為研究本身並非靜態一致共識的學問，而是具備多采多姿之多元化研究呈現，且是人類對「社會知識」與「知識建構」之一系列持續不斷演化的過程，然許多質性研究者雖以質性研究脈絡自居，但事實上研究者並非是被研究者本身，對於其個人生活經驗與生活脈絡感受仍是有落差情形產生，甚至有時把量化研究之標準化準則不自覺的融入質性研究情境中，研究結果取向改變。Clarke et al.（1993）指出，研究者在評論他人質性研究結果時，要不斷提醒自己，當在討論價值與效度問題時，應避免製造出另一個「技術性」的方式來控制別人的研究。所以，質性研究者在閱讀或評論他人的研究報告或研究文獻時，應時時刻刻提醒自己先把內心存在的一套標準予以放空，不斷沈浸他人的研究脈絡與研究情境中，唯有如此，才可貼切的感受到被研究者本身真正的問題與達致感同身受的境界。

在進行社會工作質性研究時，研究者時時提醒自己在後現代主義社會主張可變性理論，所以，是變化多端的情境中，個體的生活背景與問題呈現是具有多元化、複雜化的性質，研究者應抱持著感同身受的態度進行研究，藉此，才能獲得更豐富、更具真實性的資訊且在研究結果呈現更充分彰顯出動態性與人性化的特質，確實呈現出被研究者的期盼。

#### 議題二：社會工作質性研究寫作即是「思考」

質性研究者在進行研究時，不僅依靠自己深入被研究者的生活情境，並與之不斷互動、彼此間互相瞭解且意義之交換，再透過研究者個人的詮釋予以呈現出研究現象，這種寫作方式並非以理論實證主義方式來驗證，而是透過被研究者語言，經由研究者省思予以建構，因此，在整個研究過程中，不斷的在進行建構工作。Richardson（1994）表

示，質性研究過程中，就意義而言，寫作是種求知過程，且可進一步發現自我及發現到研究者本身真正感到興趣的研究問題及切身所「關懷」的人、事、物。在後現代主義思潮下，尊重、包容不同聲音是尋找知識最大特徵之一，因此，質性研究者能確定反映出被研究者心聲，並透過自己的思考呈現出現象。如同社會工作者要不斷傾聽、接納被服務者的心聲，藉此發掘出他們問題與需求而能獲得豐富性的資訊進而提供適切性的服務。

質性研究寫作過程中，研究者是不斷的與所蒐集到的資料進行對話，從原始資料中尋找出真實意義之詮釋，且研究者在自己的思想與理論中不斷的沉浸，而把自己的思考活動過程貫穿於整個研究，身處後現代主義中百花鳴放的時代裏，質性研究者從不同角度來探究社會現象，因而把社會事實詳細呈現且這些社會事實無法單靠某種理論予以窮盡、推論，因為，後現代主義主張經驗、體驗理論，所以，思考本身就是浩瀚無邊的，呈現出來的結果就已代表意義。

### 議題三：社會工作質性研究者自省或過度主觀

質性研究者在其研究過程中是不能置身於研究之外，相反的，研究者是質性研究之一部份，在其研究論述之建構為其主要重點，這代表著研究者對其研究行為與道德更具反省與批判並增加其責任感，然在研究者或被研究者對社會現象詮釋應有不同的答案，故研究者的自我意識是一種自省或是種過度自主觀？是值得探討的議題。Watson (1987) 曾表示，意識型態的反省是透過研究者不斷的努力訓練而逐步完整。透過上述方式，才可使質性研究者能從研究開始不斷的對自己的觀察、語言、符號、思考、寫作、詮釋等作反省，進而建構出真實性的結果，而非完全以個人主觀經驗判斷而成。Bryman (1992) 表示，現象學家 Husserl 在 1927 年認為質性研究者常不自覺的主觀經驗來透過過濾所看到的社會現象，為真正瞭解純粹的主觀經驗，則應把個人主觀經驗予以純化，才可達至自省的境界而不過度自主觀。Goodson (1995) 認為，把故事當作「研究者與被研究者共同研究的起點」，一個達成理解過程的開始，才可使研究結果成為雙方皆能接受其意義之成果，這才不致使研究者產生過度主觀的後果。此議題揭露出質性研究的正確性是如何形成的？即質性研究之效度建立是如何？Guba and Lincoln (1994) 認為，質性研究效度是指可靠性、穩定性、一致性、可預測性與正確性，然在質性研究書寫強調屬於個人的、文學的、詩體的敘述，常被認為無法成為有效的知識來源。

社會工作質性研究的效度似乎完全是以研究者的標準為主，但基於研究倫理被重視，質性研究的「效度」已被批判並予以反省與檢討。質性研究仍有其「效度」討論空間，並可用替代方式來檢視質性研究的「效度」，如同 Guba and Lincoln (1994) 表示「值得信任」來督促研究者對自身視角的反省、自覺、尊重與接納被研究者的觀點與聲音，特別是對人類尊嚴、正義的正面意涵加以重視與強調。在後現代主義時代中，歧異化、多元化觀點不斷產生，容易讓人無所適從也缺乏一套批判的標準。Babbie (2011) 亦指出，在後現代觀點研究者本身身為人類，各擁有自己的經驗觀點與取向，亦難免會影響所觀察現象與詮釋結果。此理念卻常提醒我們要不斷的自省、以他人立場看待他的世界，這就是以他人為主體的世界，這亦代表著對他人世界的「效度」之達成。

### 議題四：研究者「真的」以「被研究者」視角看問題？



質性研究致力於透過研究者與被研究者互為主體交流而瞭解詮釋被研究者生活經驗，在研究過程中，研究者仍以「參與者」、「夥伴關係」、「合作者」等名稱自許，企圖擺脫實證主義量化研究者是權威者、霸權者的角色，並力促兩者間研究地位是平行互動關係，但是，研究者在此專業領域仍有其專業權威者角色扮演，甚而比被研究者更具有專業知識而在無形中產生研究不平等現象發生。Edwards and Ribbens (1998) 表示，研究者大都具有專業領域之訓練，其專業知識與生活經驗是不同於被研究者，當研究者把其研究經驗轉變為科學知識時，或多或少會展現出某種權威現象而造成兩者間不平等關係。

在質性研究過程中，研究者與被研究者間期望在平等地位與合作關係氣氛下進行研究，然是否達至真正此目標？是值得探討的議題。Clandinin and Connelly (1991) 強調，質性研究者與被研究者間特別的關係，是要讓研究者體認到以審慎注意研究關係，且在質性研究的書寫結果，應是由研究者與被研究者共同努力編寫而成的文本。Hatch and Wisniewsk (1995) 指出，質性研究者與被研究者間的關係有兩個層面，一是知識論層面，研究者的研究範疇是誰的故事？這是立基於故事提供者與故事擷取者的緊密關係。換言之，研究者的角色並非以自己主觀的觀點看待被研究者的故事，相反的，研究者要嚴謹的提醒自己不要製造出另一種不同形式之研究階級。二是政治層面，許多研究牽涉到對誰有益？誰的聲音備受重視？誰選擇說這些故事？誰期盼研究結果的取向？其中的企盼皆存在著複雜政治關係，進而失去研究的真實性。

#### 議題五：社會工作質性研究「倫理性」之挑戰？

質性研究在研究者與被研究者間權力關係要特別注意外，亦要在乎兩者在研究過程中所牽涉到的倫理議題。被研究者在進行深度的自我表露中，他/她把個人最隱私的生活經驗與之分享，這是對他/她造成一種高度被傷害的風險。Eisner (1991) 指出，在後現代主義質性研究倫理議題中，研究者雖落實知情後同意倫理要素，但仍要小心不要被研究者感受到被利用。Hatch and Wisniewsk (1995) 表示，當被研究者同意研究者進入自己的生命故事或敘說的研究關係時，被研究者則已陷入容易受到傷害的境界，而研究者則應放棄霸權的特質必須遵守保密、公平、責任之承諾。即要保護被研究者使其不受到研究利益之傷害。Babbie (2011) 指出，質性研究者進入研究場域時，直接與親密接觸研究對象而更容易引起研究倫理問題。在差異性極高及複雜後現代主義社會中，個體社會現象是難以捉摸，研究者努力與被研究者建立信任關係時，被研究者知情後同意是研究關係建立基本工作，其次則是對於被研究者社會事實嚴守保密原則不應加以公布相關細節與內容外，在研究結果內容中不可具體透露出被研究者真實身份。

#### 議題六：研究領域中「非此即彼」的二元化心態

在後現代主義多元化典範百花齊放時期，一些社會工作研究學者的觀點與對話中，有的只認同質性研究、有的肯定量化研究而產生「非此即彼」之質性與量化研究取向的對立，然在研究社會人群相關問題是複雜化與多元性，倘若只採用某種研究方法容易失之偏頗，故現今學者開始詳細探討研究方法背後的歷史與知性傳統，甚至有些學者把質性研究與量化研究同時成為研究方法論，諸如「多元方法」研究，胡幼慧等 (2008) 亦表示，「多元方法」是種基於質性研究的科學基礎，並以信賴詮釋宗旨下之「非線性式」

之三角交叉檢視原則。所以，研究者不僅重視所選擇研究方法論之哲學基礎外，更要注意人類問題複雜性，尤其在多元複雜後現代主義社會中不應排斥不同研究取向，更應具有後現代主義內涵中的包容與尊重不同研究方法，才可隨時體察到研究者的限制級發現無限之潛能。在各自表述、多元思想的後現代主義洪流中，社會工作質性研究的真實性如何？即其合理性與真相何在？其研究理論的哲學是來自於「互為主體交互作用」之「主觀性」合理化，而非絕對主義二分法，因為，此種「非此即彼」的二分法，只會讓複雜化之社會工作研究遲滯，在社會工作質性研究上所蒐集到的資料仍有某些可靠的知識。

### 伍、結語

後現代主義思潮帶給社會工作質性研究重要影響性，即是因應多元化、複雜化的社會現象而必須尊重多元文化且確實掌握人情味的真理，社會工作質性研究是強調主體性認知過程的重要性，亦企圖在方法上、語言上與真理之辯證關係中，追尋人情味之過程。社會工作質性研究發展並非反對邏輯實證主義，而是因應社會科學在後現代主義發展趨勢下，依其研究主旨與興趣的需求下，其所產生的研究形式、研究目的、研究書寫形式與研究結果必然與量化研究有所差別，我們不須批判兩者研究優劣，而應掌握其優點來解決社會複雜化的問題。從主動積極層面來看，後現代主義追求多元化、主客體互為主體交互作用，這對於社會工作建立多元典範有所幫助，然就消極層面來看，由於複雜化、多元化造成混沌不明而無所適從現象時，有可能會破壞到社會工作多年辛苦建立的知識基礎與理論，所以，在運用多元典範同時，應先針對社會現象複雜問題與特性，思索適合解決問題取向，故後現代主義下之社會工作質性研究是具有彈性的特質，以因應複雜多變的社會世界，如同 Kuhn (1970) 言，沒有任何一個典範能解決所有問題。因此，社會工作質性研究者應設想應用哪些方法來因應不同社會現象與問題，才能順利蒐集到研究者解決問題所需適切的資料，每種研究方法或多或少都有其限制，置身於後現代主義衝擊下的學者，應具備不斷轉換的能力，知道要如何彈性的將問題、標準或方法放入研究當中，使研究不只是客觀、科學的代名詞，更重要的是發揚人性，並把人類經驗與意義充分發揚。

### 參考文獻

- 王增勇等譯 (2005)。《傅柯與社會工作》。台北：心理出版社。
- 林萬億 (2006)。《當代社會工作—理論與方法 (2 版)》。台北：五南圖書出版公司。
- 林勝義 (2008)。《社會工作概論 (第四版)》。台北：五南圖書出版公司。
- 李增祿主編 (2009)。《社會工作概論》。台北：巨流圖書股份有限公司。
- 胡幼慧主編 (2008)。《質性研究—理論、方法及本土女性研究實例》。台北：巨流圖書股份有限公司。
- 唐小兵譯 (1990)。《中國文化的「深層結構」》。香港：壹山出版社。
- 黃瑞琪 (2000)。《現代與後現代》。《當代》，153 期，102-113 頁。
- 齊力等編 (2003)。《質性研究方法概論》。編於《質性研究方法與資料分析》。嘉義：南華大

學教社所編印。

簡春安、鄒平儀 (2004)。《社會工作研究法》。台北：巨流圖書公司。

英文部分

- Babbie, E. (2011). *The practice of social research(12th ed)*. Wadsworth: Cengage Learning.
- Bryman, A. (1992). *Quality and quantity in social research*. New York: Routledge.
- Capper, L. A. (1995). *An otherist poststructural perspective of the knowledge base in educational administration*. In Robert D. (eds). *The knowledge base in educational administration*. Albany: New York University.
- Clarke, J. D., Edwards, A., Ryan, C. & Winter, R. (1993). *Ways of presenting and critiquing action research reports*. *Educational action research*, 1(3), 490-491.
- Clandinin, D. J. & Connelly, F. M. (1991). *Narrative inquiry: Storied experience*. New York University.
- Clough, P. T. (1992). *The ends of ethnography: From realism to social criticism*. Newbury Park, CA.: Sage.
- Denzin, N. K. & Lincoln, Y. S. (Eds.) (1994). *Handbook of qualitative research*. Thousand Oaks: Sage.
- Edwards, R. & Ribbens, J. (1998). *Living on the edges: Public knowledge, private, lives, personal experience*. London: Sage.
- Eisner, E. (1991). *The enlightened eye: Qualitative inquiry and the enhancement of educational practice*. New York: Macmillan.
- Featherstone, M. (1988). In pursuit of the postmodern: An introduction, theory, culture and society, 5, Numbers 2 and 3.
- Guba, E. G. & Lincoln, Y. S. (1994). Competing paradigms in qualitative research. In N. K. Dezin & Y. S. Lincoln(Eds.). *Handbook of qualitative research*. Thousand Oaks: Sage.
- Hatch & R. Wisniewski, (1995). (Eds.). *Life history and narrative*. London: The flower press.
- Habermas, J. (1968). *Knowledge and humen interests*. Boston: Beacon.
- Hatch, J. A. & Wisniewsk, R. (1995). *Life history and narrative: Question, issues and exemplary works*. London: The falmer press.
- Heller, A. & Feher, F. (1988). *The postmodern political condition*. Cambridge: Polity press.
- Manning, P. K. (1995). *The challenge of postmodernism*. In John Van Mannen, *Representation in ethnography*, p254-272. Thousand Oaks: Sage.
- Marcus, G. & Fischer, M. (1986). *Anthropology as cultural critique*. Chicago: Chicago University Press.
- Matza, D. (1969). *Becoming deviant*. Englewood Cliffs: N. J.: Prentice-Hall.
- Maxwell, J. (1996). *Qualitative research design: An interactive approach*. Thousand Oaks: Sage.
- Merriam, S. B. (1991). *Case study research in education: A qualitative approach*. San Franciso: Jossey-Bass.
- Nader, L. (1972). *Up the anthropologist: Perspectives gained from studying up*. In D. Hymes.



- Reinventing anthropology. New York: Pantheon.
- Owens, R. (1982). Methodological rigor in naturalistic inquiry: Some issues and answers. *Educational administration quarterly*, 18(2), 1-21.
- Rabinow, P. (1986). *Representations are social facts: Modernity and post-modernity in anthropology*. In J. Clifford and G. E. Marcus(eds), *Writing culture: The poetics, and politics of ethnography*. London: University of California press.
- Richardson, L. (1994). Writing: A method of inquiry. In N. K. Denzin & Y. S. Lincoln(eds.). *Handbook of qualitative research*. Thousand Oaks: Sage.
- Shaw, I. & Gould, N. (2001). *Qualitative research in social work*. London Sage Publications.
- Steward, A. (1998). *The ethnographic method*. Thousand Oaks: Sage.
- Stoller, P. & Olkes, C. (1987). *In society's shadow: A memoir of apprenticeship among the songhay niger*. Chicago University Press.
- Taylor, S. J. (1989). *Introduction to qualitative research methods(2nd)*. New York: Wiley.
- Toynbee, A. (1954a). *A study of history, vol8*. London: Oxford University press.
- Toynbee, A. (1954b). *A study of history, vol9*. London: Oxford University press.
- Watson, G. (1987). Make me reflexive-but not yet: Strategies for managing essential reflexivity in ethnographic discourse. *Journal of anthropological research*, 42, 29-41.
- Wax, R. H. (1971). *The ambiguities of fieldwork*. In *doing field work: Warnings and advice*. The university of Chicago press, p42-55.
- Whyte, W. F. (1982). *Interviewing in field research*. In R. G. Burgess(Ed.). *Field research: A sourcebook and field manual*. London: George Allen & Unwin.

## **A Critical of the Social Work Qualitative Research from the Post-modernism**

**Cheng-Shan-Ming Wu<sup>1</sup>**

<sup>1</sup>Assistant Professor, Department of Social Work, Meiho University

### **Abstract**

The article is exploring the qualitative research of the social work. The purpose is that the relationship of the social work practice and qualitative research in the Post-modernism. The first, the article discussed the groundwork for post-modernism(the developing of the ethnographical fields et al ). The second, it discussed the characteristics of the social work qualitative research, and realized the impacts between post-modernism and soial work qualitative research(the self-reflection of the profession in human care et al). The final, the author constructed six item's reflections on the both to be the conclusions. The author hope that the social work qualitative researchers could take the attitude of the self-reflection and accept many different suggestions.

**Keywords:** Post-modernism, Social work qualitative research

## 高低工作和自我取向之大專網球選手在自我談話之差異研究

賴素英

正修科技大學休閒與運動管理系

### 摘要

本研究之目的在以運動自我談話理論為基礎，了解四種成就目標取向（高工作高自我、高工作低自我、低工作高自我、低工作低自我）大專網球選手正面自我談話、認知性正面自我談話和動機性正面自我談話的差異。研究工具採正面自我談話量表，並以參加 2010 全國大專校院運動會的 348 位網球選手為研究對象（男 205 位，平均年齡 20.45 歲；女 143 位，平均年齡 20.36 歲）。問卷回收率 93.73%。以單因子變異數分析（one-way ANOVA）比較高工作高自我、高工作低自我、低工作高自我、低工作低自我在正面自我談話、認知性正面自我談話和動機性正面自我談話之差異；並以 Scheffe 法做事後比較，其顯著水準訂為  $\alpha = .05$ 。本研究結果發現：高工作高自我、高工作低自我、低工作高自我、低工作低自我在正面自我談話、認知性正面自我談話和動機性正面自我談話之結果達顯著水準。此結論表示，高工作高自我、高工作低自我、低工作高自我、低工作低自我在使用正面自我談話、認知性正面自我談話和動機性正面自我談話，是有所不同，並與理論相當一致。

**關鍵詞：**正面自我談話、認知性正面自我談話、動機性正面自我談話

## 壹、緒論

### 一、研究背景

自西元 1970 年代開始，有關成就動機的研究，已廣泛採用社會認知的研究（Social Cognitive Approach）來從事成就動機歷程與成就行為的探討。許多研究者也以成就目標理論中的目標取向（Goal Orientations）作為探討運動領域中個體成就動機歷程的學理基礎之一（季力康，1993；廖文男，2003；Chi, 1993；Walling, Duda, & Chi, 1993）。

近來目標取向理論主要根據 Nicholls(1984, 1989)的論點，將目標取向主要區分為兩大類：工作取向（task orientation）與自我取向（ego orientation）。前者在成就情境中，對成功的解讀焦點主要是著重在個人的精熟學習與個人能力或技能的精進發展上，而後者則認為成功的定義是個人在他人的面前，展現出優越的能力表現，並且避免被評價為低能力者，如此個人的勝任能力才得以建立。但個人認知上如何知覺其自身能力的發展，也影響著個人在成就行為上的表現。

在國外目標取向的研究現況，Deci 與 Ryan (1980) 探討不同目標取向對於內在動機的影響，結果指出在工作取向課程之下的學生有較高的內在動機。Orgell 與 Duda (1990) 探討自我或工作取向的推桿教學課程對內在興趣的影響，結果指出工作取向課程下的女學生有較高的內在興趣。Ames 與 Archer (1988) 探討班級的成就目標取向對影響學生的學習策略、自覺能力與工作選擇的影響，知覺班上是高精熟/高表現與高精熟/低表現的學生，比低精熟/高表現與低精熟/低表現的學生較喜歡具有挑戰性的工作。Chi (1993) 以實驗法探討目標取向與自覺能力對於大學生參與腳踏車運動的努力程度、工作選擇、持續以及表現的影響。結果指出在失敗後，高工作、低自我取向的受試者比高自我、低工作取向的受試者傾向選擇具挑戰性的工作。Williams 與 Gill (1995) 以了解運動動機中知覺能力在努力程度上所扮演的角色。結果指出工作取向視為努力的良好預測值，而自我取向及自覺能力的交互作用下，則不能充分預測努力。經路徑分析，工作取向可直接影響自覺能力和努力，而內在興趣則為自覺能力和努力間、工作取向和努力間之中介物。Walling, Duda 與 Chi (1993) 以調查青少年選手知覺的動機氣候與擔心表現及滿足感之間的關係。選手滿足感與其工作取向氣候的知覺成正相關，與自我取向氣候的知覺成負相關。White (1996) 探討父母親所塑造出的知覺動機氣候對選手目標取向的影響。結果指出強調成功是不需要努力的（自我取向氣候），可有效預測選手的自我取向；強調成功是由努力和愉快的學習而獲得（工作取向氣候），可有效預測選手的工作取向。

國內相關目標取向的研究，蔣憶德、陳淑滿與葉志仙 (2001) 探討大專棒球選手知覺動機氣候、喜愛動機氣候與內在動機及滿足感知相關研究。結果指出（一）知覺及喜愛自我取向動機氣候甲組選手均顯著高於乙組選手；知覺工作取向動機氣候乙組選手顯著高於甲組選手。（二）甲組選手知覺及喜愛工作取向動機氣候室內在動機的有效預測變項，而知覺工作取向動機氣候也是滿足感的有效預測變項；乙組選手知覺工作取向動機氣候是內在動機的有效預測變項。（三）知覺與喜愛自我取向動機氣候之差異與滿足感呈負相關。東方介德與季力康 (2001) 探討籃球選手目標取向、知覺動機氣候、自覺能力、運動動機與滿足感之研究。結果指出選手處於工作取向的動機氣候，有較高的內在動機與滿足感。黃英哲與季力康 (1994) 探討運動動機氣候與自覺能力對賽前狀態焦

慮和滿足感的相關研究。結果指出工作取向氣候的知覺與自覺能力、賽前自信心以及滿足感呈正相關，而自我取向氣候的知覺與賽前認知和身體焦慮成正相關，與滿足感呈負相關。莊鵬輝（1995）探討不同目標取向涉入與外在酬賞對內在動機的影響，結果指出在控制面的外在酬賞中，不同目標涉入之受試者，具有顯著差異，工作涉入者的內在動機高於自我設入者。李秀華（1996）探討不同運動水準選手目標取向及內在動機的相關探討，結果指出工作取向選手與內在動機以顯著的正相關。

結果目標取向（自我取向）又稱為“競爭目標取向”，其焦點集中在拿自己和別人做比較與打敗他人。工作目標取向（工作取向）又稱為“精熟目標取向”，其焦點集中在和自己過去的表現比較，不是和他人比較。在特別的情境中，一些人會同時是工作和結果（自我）取向。根據研究者的成就目標取向，大部分的人更取向於高工作或高結果（自我）取向（簡耀輝等人，2005）。

在國外正面自我談話的研究現況，Zinsser, Bunker 與 Williams（1998）指出：自我談話除了對技巧的學習和運動表現的提升有所幫助之外，還可以建立個人的自信心、提高自我效能、修正沒有效能的習慣和有較多努力的付出。而且，有助於改善個人的學習態度，且增加個人對於工作的堅持以及在學習新的事物時，有較佳的心情（Winne, 1985）。Orlick 與 Partington（1988）曾經以訪談方式和問卷方式研究，以參加1984年奧運會的235名選手為受試對象，其結果顯示選手經常使用正面的自我談話來當做賽前練習的重要部分。研究發現，某些情緒性的提示語（cue word）能影響到動作表現。例如，比賽選手使用“快”和“迅速”一語，可以加快跑步的速度（Meichenbaum, 1975）。Mahoney（1979）也認為自我談話於建立選手的自我效能上是非常有幫助的。因此，許多教練會鼓勵選手發展正面的自我談話，以提升自我效能（Gould, Hodge, Peterson, & Gianni, 1989）。根據 Gould, Eklund 與 Jackson（1992a, b）研究奧運摔角選手的報告指出，自我談話是一個能使選手們產生正面的期望和集中注意力的重要技巧。根據某些學者們的研究，正面思考（positive thinking）將提升我們的作業成績（Dorsel, 1988; Kendall, Hrycaiko, Martin, & Kendall, 1990）。高爾夫球選手使用“流暢”和“圓滑”一語可以有助於揮桿的流暢及控制感（Ownens & Bunker, 1989）。正面的自我談話能提高自尊、動機、注意焦點以及行為表現。例如：「我可以做得到！」、「再挺住一會兒！」等是屬於情緒性的自我談話；或者是：「眼睛盯著球！」、「膝蓋彎曲些！」等屬於建設性的自我談話（Gill, 2000）。當我們心裡在想著某一件事情時，事實上也就是自己正在與自己交談。「自我談話」是屬於認知控制的技巧之一，幾乎所有的選手都在使用「自我談話」（Gill, 2000）。當選手在訓練或比賽時，他們通常都會跟自己講話，有些是聽得到的，而有些則是聽不到的，無論是聽得到的或是聽不到的都是屬於同一種自我談話（self-talk）。自我談話是指個人對於感覺（feeling）和知覺（perception）的內在自我談話，他可以改變個人的自我評價和認知，且給予個人指導（instruction）和增強（reinforcement）（Hackfort & Schwenkmezger, 1993）。自我談話是屬於認知的控制技巧之一，它是會影響個人的想法和行為（Whelan, Mahoney & Meyers, 1991）。Ziegler（1987）探討自我談話對於網球選手注意力轉換的影響，結果顯示：自我談話對選手注意力的轉換（從寬廣外在轉移為狹窄內在）有所幫助。自我談話可透過「自信心的增加」和

「焦慮的控制」來增加行為表現 (Hardy, Jones & Gould, 1996)。當選手處在憤怒或者過度喚醒時，使用自我談話將能控制脾氣，而選手感到厭倦及疲勞時，使用自我談話也將能夠動員著身體的能量，以因應比賽 (Finn, 1985)。

國內相關正面自我談話的研究，自我談話可提高健身運動參與的企圖及樂趣，並從上述的應用中可發現，在不同的健身運動階段下，所需要的自我談話技巧也有所不同。因此，當我們將自我談話的技巧應用於健身運動中時，除了考慮情境因素外，還必須注意個人所處運動的參與階段，這樣才能使自我談話在健身運動中發揮最大的功效，進一步能讓更多人持續地從事健身運動並得到健康 (張清源, 1988)。值得注意的一點是當我們要改變原有的不良習慣時，應把自我談話的內容放於正確動作的陳述上，而不是想著如何避開錯誤動作的發生，因當一個人腦裡充斥著負面的意象時，想要把動作做得正確是一件非常困難的 (陳俊汕, 2002)。就整體而言，自我談話是一個相當有效的認知策略，對運動表現的提升有幫助，並受到心理學家、教練和選手的認可 (張清源、蔡英美, 2005)。而「繼續下去」、「堅持下去」這一類正面性、激勵性的自我談話將有助於個體的自我說服，說服自己不斷地繼續從事健身運動 (張清源, 1988)。當原來的技能已經無效率或不是很正確時，選手會試著去改變原來的習慣動作，此時，使用自我談話是一種有效率的方法。例如，在網球中，嘗試著由單手反拍改變成雙手反拍抽球時，需要大量的自我談話，使得雙手反拍的整個動作提供一個有意識的控制和引導作用。

依以上的理論和看法，研究者也將採用此說法做後續的研究。是否會因大專網球選手四種成就目標取向 (高工作高自我、高工作低自我、低工作高自我和低工作低自我) 在正面自我談話、認知性自我談話和動機性自我談話有所差異，是本研究最有興趣想要了解的主題。

## 二、研究目的

- (一) 探討四種成就目標取向的大專網球選手(高工作高自我、高工作低自我、低工作高自我和低工作低自我)在自我談話的現況分析。
- (二) 探討四種成就目標取向的大專網球選手在自我談話 (認知性及動機性自我談話) 的差異分析。

## 貳、研究方法

### 一、研究對象

以參加 2010 全國大專校院運動會的 348 位網球選手為研究對象 (男 205 位，平均年齡 20.45 歲；女 143 位，平均年齡 20.36 歲)。

### 二、研究工具

#### (一) 運動目標取向量表

本研究採用季力康 (1993) 的運動目標取向量表，本量表主要用來測量受試者在運動情境中工作取向和自我取向的特質傾向，共有 13 題，其中自我取向有六個題目 (其題號分別為第 1, 3, 4, 6, 9, 11 題) (例題如: 在網球運動中我覺得最成功的是一當我是唯一能做這項動作或技巧的人)，其餘七個題目為工作取向 (其題號分別為第 2, 5, 7, 8, 10, 12, 13 題) (例題如: 在網球運動中我覺得最成功的是一當我學

會一項新的技巧，且會使我想做更多的練習時)。在信度方面，「工作取向」和「自我取向」分量表的 Cronbach  $\alpha$  係數分別介於 .76-.91 和 .75-.86，具有良好和穩定的內部一致性。在效度方面，以探索性因素分析獲得工作取向和自我取向兩個因素，累積解釋的變異量為 45%。進一步以驗證性因素分析證實本量表確有兩個因素。在本研究樣本上，Cronbach  $\alpha$  分別為 .90 和 .82，顯示運動目標取向量表具有可接受的信效度。本研究以目標取向量表（季力康，1993）中，兩分量表各自的總分平均數為基礎（自我取向：20 分；工作取向：24 分），將研究參與者區分為高工作高自我、高工作低自我、低工作高自我及低工作低自我四組。

## （二）自我談話問卷

本研究選擇以余文俊（2009）修訂的「自我談話問卷」為基礎翻譯成中文的研究工具，測量運動員通常在比賽時使用正面談話的程度。個體在 11 題的總量表上所填答的平均分數越高表示運動員使用正面自我談話的頻率越高。本問卷包含兩個分量表，第一個分量表為動機性自我談話分量表（第 4,5,6,7,8,9,10 題）（例題如：在比賽時，我和自己說話以增強自信心），測量運動員在場上使用自我談話以維持專注力、自我鼓勵、增強自信心、心理準備狀態（mental readiness）、調整覺醒狀態和因應場上狀況等情形的程度。此分量表共有 7 個題項，採用 Likert 五點量表的反應方式，1 代表從不，5 代表總是如此，個體在 7 題的平均分數越高表示使用動機性自我談話的頻率越高。均分數越高表示使用動機性自我談話的頻率越高。第二個分量表是認知性自我談話分量表（第 1,2,3,11 題）（例題如：我和自己說話以讓自己更專心比賽），測量運動員使用自我談話學習和表現運動技巧、以及發展比賽策略等情形的程度。此分量表有 4 個題項，採用 Likert 五點量表的反應方式，1 代表從不，5 代表總是如此，個體在 4 題的平均分數越高表示使用認知性自我談話的頻率越高，該量表之初步建構效度的檢驗以探索性因素分析（explanatory factor analysis）進行，結果顯示因素分析共萃取出兩個因素，總解釋變異量為 60.37%，在本研究樣本上，Cronbach  $\alpha$  分別為 .92 和 .87，顯示自我談話量表具有可接受的信效度。

## 三、研究流程

取得量表使用同意及整理量表後，到比賽現場與教練及選手溝通並說明研究目的，然後再向選手講解問卷內容，問卷施測後立即收回，再做資料處理並分析研究結果。

## 四、施測時間

本研究施測時間為 2010 全國大專校院運動會期間—中華民國 99 年 5 月 7-11 日，利用網球選手休息時間以「目標取向量表」「正面自我談話量表」進行施測，選手填寫完畢隨即回收。

## 五、施測地點

國立體育大學網球比賽場地。

## 六、資料處理

本研究以 SPSS12.0 套裝軟體進行統計。以單因子變異數分析 (one-way ANOVA) 比較在正面自我談話、認知性正面自我談話和動機性正面自我談話等三方面，是否具有高工作高自我的特質所使用的頻率將會大於具有高工作低自我的特質將會大於具有低工作高自我的特質將會大於具有低工作低自我的特質；並以 Scheffe 法做事後比較，其顯著水準訂為  $\alpha = .05$ 。

## 參、分析結果

### 一、高低工作和自我取向在正面自我談話、認知性正面自我談話和動機性正面自我談話的情形

由表二得知，在正面自我談話方面，高低工作和自我取向單因子變異數分析經  $F$  檢定後達顯著水準；在認知性正面自我談話方面，高低工作和自我取向單因子變異數分析經  $F$  檢定後達顯著水準；在動機性正面自我談話方面，高低工作和自我取向單因子變異數分析經  $F$  檢定後達顯著水準。由此可知，正面自我談話、認知性正面自我談話和動機性正面自我談話在高低工作和自我取向有差異存在。其詳如表一和表二。

表一 高低工作和自我取向在正面自我談話、認知性正面自我談話和動機性正面自我談話的描述統計表

來 源		人 數	平均數	標準差
正面 自我談話	高工作高自我	99	44.89	8.075
	高工作低自我	64	42.78	8.997
	低工作高自我	51	38.02	6.379
	低工作低自我	134	37.30	7.945
	總 和	348	40.55	8.636
認知性 正面 自我談話	高工作高自我	99	16.24	3.040
	高工作低自我	64	15.27	3.946
	低工作高自我	51	13.95	2.516
	低工作低自我	134	13.67	2.904
	總 和	348	14.73	3.283
動機性 正面 自我談話	高工作高自我	99	28.73	5.028
	高工作低自我	64	27.98	5.639
	低工作高自我	51	24.05	4.012
	低工作低自我	134	23.82	5.336
	總 和	348	25.99	5.611



表二 高低工作和自我在自我談話、認知性和動機性單因子變異數分析摘要表

來源	平方和	df	平均平方和	F 檢定	顯著性	事後比較
正面組間	3559.883	3	1186.628	18.603*	.000	1>3,4
自我談話 組內	19709.695	345	63.785			2>3,4
總和	23269.578	348				
認知性 組間	388.467	3	129.489	13.449*	.000	1>3,4
正面組內	2974.990	345	9.628			2>4
自我談話 總和	3363.457	348				
動機性 組間	1648.730	3	549.577	20.777*	.000	1>3,4
正面組內	8173.257	345	26451			2>3
自我談話 總和	9821.987	348				

\*  $p < .05$

備註：「1」代表「高工作高自我」。「2」代表「高工作低自我」。

「3」代表「低工作高自我」。「4」代表「低工作低自我」。

由結果得知，在正面自我談話方面，高低工作和自我取向的使用方面，有差異存在，並由事後比較得知，高工作高自我大於低工作高自我也大於低工作低自我（1>3,4）；高工作低自我大於低工作高自我也大於低工作低自我（2>3,4）。

在認知性正面自我談話方面，高低工作和自我取向的使用方面，有差異存在，並由事後比較得知，高工作高自我大於低工作高自我也大於低工作低自我（1>3,4）；高工作低自我大於低工作低自我（2>4）。

在動機性正面自我談話方面，高低工作和自我取向的使用方面，有差異存在，並由事後比較得知，高工作高自我大於低工作高自我也大於低工作低自我（1>3,4）；高工作低自我大於低工作高自我（2>3）。

由本研究結果得知，就正面自我談話而言，同時擁有高工作高自我的特質所使用正面自我談話的頻率將大於擁有低工作高自我和低工作低自我的特質；且擁有高工作低自我的特質所使用正面自我談話的頻率將大於擁有低工作高自我和低工作低自我的特質。就認知性正面自我談話而言，同時擁有高工作高自我的特質所使用認知性正面自我談話的頻率將大於擁有低工作高自我和低工作低自我的特質；且擁有高工作低自我的特質所使用認知性正面自我談話的頻率將大於擁有低工作低自我的特質。就動機性正面自我談話而言，同時擁有高工作高自我的特質所使用動機性正面自我談話的頻率將大於擁有低工作高自我和低工作低自我的特質；且擁有高工作低自我的特質所使用認知性正面自我談話的頻率將大於擁有低工作高自我的特質。

過去的研究指出，結果目標取向（自我取向）又稱為“競爭目標取向”，其焦點集中在拿自己和別人做比較與打敗他人。工作目標取向（工作取向）又稱為“精熟目標取向”，其焦點集中在和自己過去的表現比較，不是和他人比較。在特別的情境中，一些人會同時是工作和結果（自我）取向。根據很多研究者的成就目標取向，大部分的人更取向於

高工作或高結果（自我）取向（簡耀輝等人，2005）。由此可知，本研究結果與理論相當一致。

## 肆、結論與建議

### 一、結論

本研究所得到的結果與過去的理论相當一致，亦即由本研究結果得知，就正面自我談話而言，同時擁有高工作高自我的特質所使用正面自我談話的頻率將大於擁有低工作高自我和低工作低自我的特質；且擁有高工作低自我的特質所使用正面自我談話的頻率將大於擁有低工作高自我和低工作低自我的特質。就認知性正面自我談話而言，同時擁有高工作高自我的特質所使用認知性正面自我談話的頻率將大於擁有低工作高自我和低工作低自我的特質；且擁有高工作低自我的特質所使用認知性正面自我談話的頻率將大於擁有低工作低自我的特質。就動機性正面自我談話而言，同時擁有高工作高自我的特質所使用動機性正面自我談話的頻率將大於擁有低工作高自我和低工作低自我的特質；且擁有高工作低自我的特質所使用認知性正面自我談話的頻率將大於擁有低工作高自我的特質。也就是說具有高工作取向的人也可能同時具有高自我的取向。

### 二、建議

- (一) 本研究發現具有高工作取向的人也可能同時具有高自我的取向。合乎過去的研究指出，結果目標取向（自我取向）又稱為“競爭目標取向”，其焦點集中在拿自己和別人做比較與打敗他人。工作目標取向（工作取向）又稱為“精熟目標取向”，其焦點集中在和自己過去的表現比較，不是和他人比較。在特別的情境中，一些人會同時是工作和結果（自我）取向。根據很多研究者的成就目標取向，大部分的人更取向於高工作或高結果（自我）取向（簡耀輝等人，2005）。由此可知，本研究結果與理論相當一致。
- (二) 建議未來的研究針對大學生可朝年齡、球齡、就讀階段、就讀年級等，看看是否可獲得同樣的研究結果。

## 參考文獻

- 余文俊（2009）。運動員的生氣傾向與自我談話對攻擊性的影響。未出版碩士論文，國立體育大學體育研究所，桃園縣。
- 李秀華（1966）。不同水準選手目標取向及內在動機之相關探討。國立體育學院論叢，7(1)，45-53。
- 季力康（1993）。運動目標取向量表—信度與效度分析。國立體育學院論叢，4(1)，179-185。
- 東方介德、季力康（2001）。籃球選手目標取向、知覺動機氣候、自覺能力、運動動機與滿足感之研究。大專體育學刊，3(1)，1-10。
- 陳俊汕（2002）。提升運動表現的認知技巧—自我談話。中華體育，16(2)，20-28。

- 張清源 (1988)。自我談話在健身運動中的應用。 *大專體育*, 77, 132-136。
- 張清源、蔡英美 (2005)。自我談話對保齡球學習表現及自我效能的影響。 *國立體育學院論叢* 16 (1), 241-250。
- 莊鵬輝 (1995)。目標取向、外在報酬對國民小學學童踢毬子之內在動機的動機。 *體育學報*, 20, 13-24。
- 黃英哲、季力康 (1994)。運動動機氣候與自覺能力對賽前狀態性焦慮和滿足感的相關研究。 *體育學報*, 18, 321-332。
- 廖文男 (2003)。探討大專棒球選手的目標取向、知覺動機氣候與運動自信心來源的相關研究。未出版碩士論文，台北市立體育學院運動科學研究所，臺北市。
- 蔣憶德、陳淑滿、葉志仙 (2001)。大專棒球選手知覺動機氣候、喜愛動機氣候與內在動機及滿足感之相關研究。 *大專體育學刊*, 3(1), 27-38。
- 簡耀輝、季力康、卓俊伶、洪聰敏、黃英哲、黃崇儒、廖主民、盧俊宏 (譯) (2005)。 *競技與健身運動心理學*。臺北市：台灣運動心理學會。
- Ames, C., & Archer, J. (1988). Achievement goals in the classroom: Students learning strategies and motivation processes. *Journal of Educational Psychology*, 80, 260-267.
- Chi, L. (1993). *Prediction of the achievement-related cognitions and behaviors in the physical domain: A test of the theories of goal perspective and self-efficacy*. Unpublished doctoral dissertation, Purdue University, Indiana.
- Deci, E. L., & Ryan, R.M. (1980). The empirical exploration of intrinsic motivational process. In Berkowitz, L. (Ed.), *Advances in experimental social psychology: 13*, 39-80. New York: Academic Press.
- Dorsel, T. (1988). Talk to yourself : Realistic self-talk means less stress on the course. *Australian Golf Digest*, 49, 46-47.
- Finn, J. (1985). Competitive excellence : It's a matter of mind and body. *Physician and Sports Medicine*, 13, 61-72.
- Gill, D. L. (2<sup>nd</sup> ed.) (2000). *Psychological Dynamics of Sport and Exercise*. Champaign, IL: Human Kinetics.
- Gould, D., Eklund, R.C. & Jackson, S.A. (1992a). 1988 U.S. Olympic wrestling excellence: I. Mental preparation, pre-competition cognition and affect. *The Sport Psychologist*, 6, 358-382.
- Gould, D., Eklund, R.C. & Jackson, S.A. (1992b). 1988 U.S. Olympic wrestling excellence: II Thoughts and affect occurring during competition. *The Sport Psychologist*, 6, 383-402.
- Gould, D., Hodge, K., Peterson, K. & Gianni, J. (1989). An exploratory examination of strategies used by elite coaches to enhance self-efficacy in athletes. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 11, 128-140.
- Hackfort, D. & Schwenkmeger, P. (1993). Anxiety. In R. N. Singer, M. Murphy & L. K. Tennant (Eds.), *Handbook of Research on Sport Psychology*, 328-364. New York: Macmillan.
- Hardy, L., Jones, G. & Gould, D. (1996). *Understanding Psychological preparation for sport:*

- Theory and practice*. Chichester, UK: Wiley.
- Kendall, G., Hrycaiko, D., Martin, G. & Kendall, T. (1990). Effects of an imagery rehearsal, relaxation and self-talk package on basketball game performance. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 12, 157-166.
- Mahoney, M. J. (1979). Cognitive skills and athletic performance. In P. C. Kendall & S.D. Hollon (Eds.), *Cognitive-behavioral interventions : Theory, Research and Procedure*. New York : Academic Press.
- Meichenbaum, D. (1975). Toward a cognitive theory of self-control. In G. Schwartz & D. Shapiro (Eds.), *Consciousness and self-regulation : Advances in Research*. New York : Plenum.
- Nicholls, J. G. (1984). Achievement motivation: Conceptions of ability, subjective experience, task choice, and performance. *Psychological Review*, 91, 328-346.
- Nicholls, J. G.(1989). *The competitive ethos and democratic education*. Cambridge, MA: Harvard University Press.
- Orlick, T. &Partington, J. (1988). Mental links to excellence. *The Sport Psychologist*, 2, 105-130.
- Owens, D., &Bunder, L.K. (1989). Golf : Steps to success. Champaign, IL : Human Kinetics.
- Walling, N.D., Duda, J. L., & Chi, L. (1993). The perceived motivational climate in sport questionnaire: Climate in sport questionnaire: Construct and predictive validity. *Journal of Sport & Exercise Psychology*, 15, 172-183.
- Whelan, J. P., Mahoney, M. J. &Mayers, A. W. (1991). Performance enhancement in sport : A cognitive behavioral domain. *Behavioral Therapy*, 22, 307-327.
- White, S. A. (1996). Goal orientation and perceptions of the motivational climate initiated by parents.*Pediatric exercise science*, 8(2), 122-129.
- Williams, L., & Gill, D. G. (1995).The role of perceived competence in the motivation of physical activity.*Journal of Sport & Exercise Psychology*, 17, 363-378.
- Winne, P. H. (1985). Cognitive processing in the classroom. In T. Husen& T.N. Postlethwaite (Eds.), *The international encyclopedia of education*, 2, 795-808. Oxford, UK :Pergamon.
- Zervas, Y., Stavrou, N.A. &Psychountaki, M. (2007). Development and validation of the self-talk questionnaire (S-TQ) for sports.*Journal of Applied Sport Psychology*, 19 (2), 142-159.
- Ziegler, S. G. (1987). Effects of stimulus cuing on the acquisition of ground strokes by beginning tennis players..*Journal of Applied Behavior Analysis*, 20, 405-411.
- Zinsser, N., Bunker, L. K. & Williams, J. M. (1998). Cognitive techniques for improving performance and building confidence. In J. M. Williams (Ed.), *Applied Sport Psychology: Personal Growth to peak performance*, 225-242. Mountain View, CA: Mayfield Publishing Company.

## **The Differences of High and Low Ego-Orientation and Task-Orientation on Self-Talk for College Tennis Players**

**Su-Ying Lai**

Department of Sport, Health & Leisure, Chen Shiu University

### **Abstract**

This study was based on the theoretical concepts of self-talk, aiming to understand how different levels of task-orientation and ego-orientation (i.e. high-task high-ego, high-task low-ego, low-task high-ego, and low-task low-ego) of college tennis players affect their positive self-talk, cognitive positive self-talk and motivational positive self-talk. The focus was on 348 tennis players who participated in the 2010 National College Games (n=205 male, average age of 20.45; n=143 female, average age of 20.36). The completed questionnaires were 93.73%. The one-way ANOVA was adopted to analyze the data, identifying how the different levels of task-orientation and ego-orientation affect these college tennis players' positive self-talk, cognitive positive self-talk and motivational positive self-talk. In consequence, the results showed that this group of tennis players' different levels of task-orientation and ego-orientation (i.e. high-task high-ego, high-task low-ego, low-work high-ego, and low-task low-ego) significantly affected their positive self-talk, cognitive positive self-talk and motivational positive self-talk. The findings here were quite consistent with those identified by previous researchers.

**Keywords:** Positive self-talk, Cognitive positive self-talk, Motivational positive self-talk

## 台灣大專網球選手成就動機水準之研究

賴素玲

國立體育大學球類運動技術學系

### 摘要

本研究之目的乃以成就動機理論為基礎，了解不同條件變項（性別、國手與否、甲乙組、技術水準）大專網球選手成就動機的程度。以成就動機量表為研究工具，並採參加 2010 全國大專校院運動會的 348 位網球選手為研究對象（男 205 位，平均年齡 20.45 歲；女 143 位，平均年齡 20.36 歲）。有效問卷回收率 93.73%。以 t 考驗比較不同性別、國手與否、甲乙組並以單因子變異數分析（one-way ANOVA）比較不同技術水準在成就動機之差異。其顯著水準定為  $\alpha=0.05$ 。研究結果如下：不同性別在成就動機之結果有顯著差異存在；國手與否、不同甲乙組和技術水準在成就動機之結果沒有差異存在。此結論表示，性別男在成就動機方面優於性別女；國手與否、甲乙組和技術水準在成就動機方面，沒有顯著差異。未來建議可朝不同年齡、球齡、就讀階段、就讀年級來做進一步研究。

**關鍵詞：**性別、國手與否、技術水準

## 壹、緒論

### 一、研究背景與動機

成就動機 (achievement motivation) 的觀念始於 Murray 在 1938 年的研究，Murray 將需求設定為個體行為理論之基礎，且歸納出成就需求 (need of achievement, NACH) 為人類重要的需求之一，此後便引發其他學者以不同的邏輯推演和探討角度試圖去解釋和建立成就動機的理论模式。成就動機的定義常因研究者的觀念不同，而產生各種不同的定義 (黃同圳、薛婉婷，1998)。成就動機也是驅使人們追求成功的內在動力，然而這種力量的大小因每個人的人格特質而異，例如：有些學生對自己每一次的考試都要求要達到 90 分以上，有些學生卻只要求 60 分就心滿意足了，像這種屬於個人的人格特質，將可能影響到他做每件事情的投入程度，進而影響其結果 (黃孟立、蔡瑋娟、陳慧英，2012)。早年 Murry (1938) 則以「需求」的觀點來解釋何謂成就動機，他認為成就動機就是個體想要克服困難，完成工作，且期能盡速完成，以超越他人的一種需求或慾望。

國內的學者也有對成就動機的意義提出更精簡的解釋，張春興 (1991) 認為成就動機含有三點意義：(一) 指個人追求進步以期達成希望目標的內在動力。(二) 指從事某種工作時，個人自我投入精益求精的心理傾向。(三) 指個人在不順利的情境中，衝破障礙克服困難奮力達成目標的心理傾向。盧俊宏 (1994) 則認為，成就動機簡而言之，為「個人認為很有意義或很有價值的工作，不但願意去做並且願意花費許多精神和力氣去追求，以達成功或完美的心理歷程」。

綜合各學者對成就動機的定義，成就動機至少包括兩個特性。其一，希望超越自我，達成期望之目標；其二，是一種發自內心的驅動力量。成就動機通常被認為與員工的工作滿足及組織承諾有密切關係，以下分別就工作滿足與組織承諾來做探討 (黃同圳、薛婉婷，1998)。

有關成就動機與工作滿足的研究，Arvey and Dewhirst (1976) 以 271 位科學家和工程師為樣本，調查目標明確度、目標設定參與和人格特質對工作滿足的關係，研究結果顯示，高成就需求者的工作滿意程度高於低成就需求者。Harrell and Stahl (1984) 針對美國東南部的八大合格的公立會計師公司進行抽樣，在所有的 89 位會計師中抽取了 77 位進行研究，結果發現對計時工作者或是資淺的稽核稅務專家而言，成就需求和工作滿足程度有正向的相關性。陳國樑 (1995) 研究女性工業行銷人員，研究結果為成就動機和工作滿足具有顯著正相關。Yasin (1996) 以約旦工商部的企業資料為抽樣對象，企業類別包括製造、貿易、服務和建築，共抽 240 位企業家作為研究對象，研究結果也顯示，成就需求和工作滿足有顯著相關。

成就動機和組織承諾的研究，Hrebiniak and Alutto (1978) 的研究發現成就動機和組織承諾呈正相關。Steers (1977) 以 382 位醫護人員及 119 位工程師為對象進行研究，發現成就動機與組織承諾具有顯著的正相關。Morris and Sherman (1981) 以 506 位志願參與研究者為樣本，進行組織承諾之前因變項探討，發現七個自變項中以成就動機中的競爭感對組織承諾最具預測力。黃開義 (1984) 以國內 207 位研究機構的工程師為樣本，發現成就動機和組織承諾有顯著的正相關。黃瓊慧 (1985) 以責任中心制的主管為研究

對象，發現成就動機高者，組織承諾也較高。林盈杉（1994）以大高雄地區中、美、日資電子產業的 379 位員工為樣本，結果顯示成就動機的四個構面（向困難挑戰、努力工作、贏過他人和不害怕成功傾向）和組織承諾之間均有顯著的正相關。陳國樑（1995）研究女性工業行銷人員，研究結果為成就動機和組織承諾具有顯著正相關。

由上述文獻可得知，成就動機和工作滿足以及組織承諾具有正向相關，也就是說成就動機越高者，其工作滿足和組織承諾越高。部分研究更以統計分析的方法驗證成就動機對組織承諾具有顯著的預測力（黃同圳、薛婉婷，1998）。

Kidd and Woodman (1975) 以現象學的模式解釋運動是個人的社會目的，同時指出大學男生在參與運動時，對勝利取向（orientations toward winning）顯著高於女生。Sage (1980) 也表示，大學男性運動員比女性運動員對技術和勝利有較強烈的取向。陳俊民（1992）指出，運動能力較高者，有較高的成就動機。

成就動機和運動的研究，陳偉瑀、陳美榕（2005）的研究目的為探討競爭情境、回饋方式與成就動機對大學女生羽球發球表現的影響。以德明技術學院修習羽球課程的女學生為研究對象，共計 62 人。本研究先以隨機方式將受試者分派至有、無競爭的情境及不同回饋方式組，並使用「運動成就動機量表」，將受試者依成就動機分數分為高低兩組，形成 2x2x2 的實驗設計。研究結果發現：1. 競爭情境、回饋方式和成就動機在大學女生羽球發球表現上有交互作用存在：(1) 在有競爭且立即回饋時，高成就動機比低成就動機在羽球發球上有較佳的表現；(2) 在有競爭且低成就動機時，摘要回饋比立即回饋在羽球發球上有較佳的表現；(3) 低成就動機者且立即回饋時，無競爭比有競爭在羽球發球表現上有較佳的表現；(4) 低成就動機者且摘要時，有競爭比無競爭在羽球發球上有較佳的表現；(5) 在低成就動機且無競爭時，立即回饋比摘要回饋在羽球發球上有較佳的表現。2. 有/無競爭在大學女生羽球發球表現上無顯著差異存在。3. 立即回饋組比摘要回饋組在大學女生羽球發球表現上有較佳的表現。4. 高成就動機者比低成就動機者在羽球發球表現上有較佳的表現。

黃素芬、蘇秦玉（2005）的研究目的為：1. 運動成就動機與自我設定目標對桌球正拍擊球表現的影響。2. 了解運動成就動機與自我設定目標對學習滿意度的影響。本研究所用的受試者為 142 位中台醫護技術學院的學生（男 45，女 97）。所用的研究工具為運動成就動機量表及學習滿意度量表。所得結果為：1. 運動成就動機量表與自我設定目標對桌球正拍擊球表現有交互作用影響。2. 高、低運動成就動機的受試者在桌球正手擊球表現沒有差異，而高自我設定目標者在桌球正手擊球表現高於低自我設定目標者。3. 運動成就動機與自我設定目標對教學滿意度有交互作用影響。4. 高運動成就動機者在教學滿意度高於低運動成就動機者，而高、低自我設定目標者在教學滿意度則無差異。5. 運動成就動機與自我設定目標對場地設備滿意度沒有交互作用影響。6. 不論高、低運動成就動機或高、低自我設定目標者在場地設備滿意度都沒有差異。

陳瓊茶（2005）的研究主要目的是：一、探討回饋時間、回饋類別及運動成就動機對運動表現的影響。二、探討回饋時間、回饋類別及運動成就動機對內在動機的影響。本研究以輔仁大學一年級男生 120 人為對象，以「運動成就動機量表」及「內在動機量表」為研究工具，以籃球 6 球運球上籃維運度表現。所得資料以獨立樣本三因子變異數



分析及共變數分析進行各項考驗。本研究結果顯示：1. 有給予百分等級回饋的學生，其表現比沒有給予百分等級回饋的學生有較好的表現。2. 在低運動成就動機組且無百分等級回饋時，20 秒回饋組的成績表現優於 5 秒回饋組學生。3. 在低運動成就動機組且 20 秒回饋時，無百分等級回饋組的成績表現優於有百分等級回饋組的學生。4. 在 20 秒回饋且有百分等級回饋時，高運動成就動機組的成績表現優於低運動成就動機組的學生。5. 高運動成就動機組的內在動機高於低運動成就動機組的學生。

吳蘇(2008)的研究目的為：一、探討成就動機與自覺能力對內在動機是否有影響。二、探討成就動機與自覺能力對工作難度選擇是否有影響。三、探討成就動機與自覺能力對成敗歸因是否有影響。本研究以永達技術學院五專二年級 132 名男學生為對象。研究工具採成就動機量表、自覺能力量表、內在動機量表、成敗歸因像度量表四種。統計方法為 t 考驗及獨立樣本二因子變異數分析來驗證所有假設的問題，統計考驗定為  $\alpha = .05$ 。本研究重要發現：一、成就動機與自覺能力對內在動機的交互作用差異未達顯著水準。二、自覺能力對內在動機的主要效果差異達顯著水準。三、成就動機與自覺能力對工作難度選擇的交互作用差異達顯著水準。四、自覺能力對工作難度選擇的主要效果差異達顯著水準。五、成就動機與自覺能力對因果根源的交互作用差異未達顯著水準。六、成就動機與自覺能力對穩定性的交互作用差異未達顯著水準。七、成就動機與自覺能力對控制性的交互作用差異未達顯著水準。

吳文郁、陳冠錦(2007)大專乙組桌球選手成就動機與團隊凝聚力，依不同背景變項統計變數對成就動機與團隊凝聚力進行差異分析，來描述大專乙組桌球選手成就動機與團隊凝聚力的現況與特性，並依據研究結果，提出建議，以供日後大專乙組桌球團隊組訓，內部經營管理及後續研究者之參考。本研究以參加 95 年全國大專校院運動會之學校乙組桌球選手為受試對象，研究工具包括個人基本資料、成就動機量表及團隊凝聚力量表等三部份，合計發出問卷 250 份，回收有效樣本共 218 份，有效樣本率為 87.2%。所得資料經描述性統計、獨立樣本 t 檢定、單因子變異數分析、雪費法事後檢定及皮爾遜積差相關等統計方法分析資料，所得結果歸納如下：一、大專校院乙組男子桌球選手成就動機高於女子選手；每週訓練四天以上的選手其成就動機高於每週訓練二~三天及一天的選手。二、大專校院乙組女子桌球選手團隊凝聚力高於男子選手；加入代表隊二年的選手，其團隊凝聚力高於加入三年以上及一年的選手；北區大專校院乙組桌球選手的團隊凝聚力高於其他地區的選手；大專運動會層級的選手的選手其團隊凝聚力高於全國運動會層級、區中運層級及校及選手。三、大專校院乙組桌球選手成就動機與團隊凝聚力間呈現正相關。顯示成就動機與團隊凝聚力存在相互影響之關係，其結果也符合個理論所提出之基礎及先前的研究結果。

莊慶棋(2011)的研究目的在探討大專學生木球學習表現之內在動機與成就動機的差異情形，以及內在動機與成就動機的相關情形，並進行分析。本研究以 98 學年度大仁科技大學及永達學院 356 名，其中男性學生佔 282 名，女性學生佔 74 名以上木球課的學生作為調查對象。並於 2009 年 3 月 1 日至 2009 年 5 月 31 日止，在大仁科技大學與永達學院木球教學場地，以「大專學生木球學習表現之內在動機與成就動機量表」為研究工具，運用便利抽樣方式進行問卷調查。並以 SPSS 13.0 統計軟體進行描述性統計、

t-test、One-way ANOVA 的驗證工作，顯著水準訂為  $\alpha = .05$ 。結果發現：一、男同學內在動機的努力方面與總體方面以及成就動機軍教女同學為高。而內在動機的樂趣方面呈現無顯著差異性。二、不同年齡的同學其內在動機在樂趣方面與總體方面以及成就動機呈現顯著差異性，而內在動機的努力方面則呈現無顯著差異性。三、不同學習表現者的內在動機差異均呈現無顯著差異性。四、中等學習表現者較低學習表現者的成就動機為高。五、成就動機與內在動機整體及興趣方面呈現顯著正中相關。

王明月、黃振華、李亭儀、謝淑娟（2012）的研究目的：旨在探討桌球選手運動成就動機、流暢體驗與運動表現的關係。方法：本研究樣本的選取以全國大專校院桌球校代表隊選手作為研究的對象，採便利取樣的方式進行問卷調查及蒐集相關資訊，本研究以典型相關及多元逐步回歸進行資料分析。結果：桌球選手運動成就動機的「追求成功」越高則流暢體驗的「專注力」及「清楚回饋」越好；流暢體驗的「掌控自如」、「勝任感」及「清楚回饋」和運動成就動機的「追求成功」是運動表現的重要因素。結論：運動成就動機、流暢體驗二者之間呈顯著的相關，且運動成就動機、流暢體驗會影響運動表現，建議桌球教練與相關單位可參酌本研究的發現予以因勢利導。

結論：大學男性運動員比女性運動員對技術和勝利有較強烈的取向（Sage, 1980）。運動能力較高者，有較高的成就動機（陳俊民, 1992）。高成就動機者比低成就動機者在羽球發球表現上有較佳的表現（陳偉瑀、陳美榕, 2005）。不論高、低運動成就動機或高、低自我設定目標者在場地設備滿意度都沒有差異（黃素芬、蘇秦玉, 2005）。高運動成就動機組的內在動機高於低運動成就動機組的學生（陳瓊茶, 2005）。成就動機與自覺能力對控制性的交互作用差異未達顯著水準（吳蘇, 2008）。大專校院乙組桌球選手成就動機與團隊凝聚力間呈現正相關（吳文郁、陳冠錦, 2007）。成就動機與內在動機整體及興趣方面呈現顯著正中相關（莊慶棋, 2001）。運動成就動機、流暢體驗二者之間呈顯著的相關，且運動成就動機、流暢體驗會影響運動表現（王明月、黃振華、李亭儀、謝淑娟, 2012）。

依以上的理論和看法，研究者也將採用此說法做後續的研究。是否會因性別、國手與否、甲乙組和技術水準的不同而成就動機有所不同，是本研究最有興趣想要了解的主題。

## 二、研究目的

- （一）不同性別大專網球選手成就動機的差異情形。
- （二）不同國手與否大專網球選手成就動機的差異情形。
- （三）不同甲乙組大專網球選手成就動機的差異情形。
- （四）不同技術水準大專網球選手成就動機的差異情形。

## 貳、研究方法

### 一、研究對象

採用隨機抽樣以參加 2010 全國大專校院運動會的 348 位網球選手為研究對象（男 205 位，平均年齡 20.45 歲；女 143 位，平均年齡 20.36 歲）。

## 二、研究工具

本研究所採用的成就動機量表是由陳雪亮、王俊明（1999）所編製的「運動成就動機量表」（例題如：我會為了改善運動技巧而不斷的努力）。此量表共有 12 題，在預試信度考驗方面，量表的內部一致性指標 Cronbach's  $\alpha$  係數為.84。以輔仁大學、國立體育學院、台北市立體育學院、華夏工商專校的學生共 111 人為受試者，所得的重測信度（間隔兩週）為.96，Cronbach's  $\alpha$  係數為.91（陳雪亮與王俊明，1999）；在效度考驗方面，是以辨別效度進行考驗，以前述信度考驗的受試者為樣本，在男女生的差異比較方面、所得 t 考驗的值為 2.53,  $p < .05$ ）；在運動專長和非運動專長的差異比較方面所得的 t 考驗為 10.91,  $p < .05$ ），由上述信用考驗和效度考驗的結果得知，本量表具有相當的信度和效度（陳雪亮與王俊明，1999）。在本研究樣本上，Cronbach's  $\alpha$  係數為.92。

施測指導語為：本量表的目的是在幫助你了解自己運動時的偏好，答案是沒有對或錯的差別。每一題都有四種不同等級的符合程度，以「4、3、2、1」來表示。分數越高，表示題目越能符合你的偏好；反之，分數越低，則表示題目越不符合你的偏好。作答時，請仔細閱讀每一題的敘述，並依據內容符合的程度，在題目右邊的四個等級圈上你認為適當的數字。題目共 12 題，例題一為：我會為了改善運動技巧而不斷的努力。

## 三、研究流程

取得量表使用同意及整理量表後，到比賽現場與教練及選手溝通並說明研究目的，然後再向選手講解問卷內容，問卷施測後立即收回，再做資料處理並分析研究結果。

## 四、施測時間

本研究施測時間為 2010 全國大專校院運動會期間—中華民國 99 年 5 月 7-11 日，利用網球選手休息時間以「運動成就動機量表」進行施測，選手填寫完畢隨即回收。

## 五、施測地點

國立體育大學網球比賽場地。

## 六、資料處理

本研究以 SPSS12.0 套裝軟體進行統計。以獨立樣本 t 考驗比較不同性別、國手與否和甲乙組在成就動機之差異以及以單因子變異數分析（Independent Sample one-way ANOVA）比較不同技術水準在成就動機之差異。其顯著水準訂為  $\alpha = .05$ 。

# 參、分析結果

## 一、不同性別在成就動機的情形

由表一得知，男子選手所佔的人數為 202 位（名），女子選手所佔的人次數為 140 位（名）。男子選手所佔的平均數為 45.62，女子選手所佔的平均數為 43.42。男子選手所佔的標準差為 8.19，女子選手所佔的標準差為 7.68。男子選手和女子選手的 t 考驗達顯著水準，表示男子選手和女子選手有顯著差異存在。其詳如表一。

表一 不同性別選手在成就動機的 t 考驗摘要表

性 別	人 數	平均數	標準差	t-test	p 值
男	202	45.62	8.19	2.51*	.01
女	140	43.42	7.68		

\* $p < .05$

由結果得知，性別男和女在成就動機方面，有顯著差異存在。也就是說，不同性別選手在成就動機方面，男選手大於女選手。亦即，性別男追求成功的成就動機比性別女還高，符合 Sage (1980) 所表示，大學男性運動員比女性運動員對技術和勝利有較強烈的取向之觀念；也與 Kidd and Woodman (1995) 發現之大學男生在參與運動時，對勝利取向顯著高於女生，有一致的看法。

## 二、不同國手與否在成就動機的情形

由表二得知，國手所佔的人數為 48 位（名），非國手所佔的人數為 294 位（名）。國手所佔的平均數為 46.83，非國手所佔的平均數為 44.38。國手所佔的標準差為 8.19，非國手所佔的標準差為 7.98。國手與否的 t 考驗未達顯著水準，表示國手與否沒有顯著差異存在。其詳如表二。

表二 不同國手與否在成就動機的 t 考驗表

國手與否	人 數	平均數	標準差	t-test	p 值
是	48	46.83	8.19	1.97	.05
否	294	44.38	7.98		

由結果得知，國手與否在成就動機方面，沒有差異存在。也就是說，國手與否在成就動機方面，國手和非國手沒有什麼不同。亦即，國手追求成功的成就動機和非國手相同，沒有符合陳俊民（1992）所指出，運動能力較高者，有較高的成就動機之觀念。

## 三、不同甲乙組在成就動機的情形

由表三得知，甲組所佔的人數為 134 位（名），乙組所佔的人數為 205 位（名）。甲組所佔的平均數為 43.67，乙組所佔的平均數為 45.40。甲組所佔的標準差為 8.49，乙組所佔的標準差為 7.70。甲乙組的 t 考驗未達顯著水準，表示甲乙組沒有差異存在。其詳如表三。

表三 不同甲乙組在成就動機的 t 考驗表

甲乙組	人 數	平均數	標準差	t-test	p 值
甲組	134	43.67	8.49	-1.95	.05
乙組	205	45.40	7.70		

由結果得知，甲乙組在成就動機方面，沒有差異存在。也就是說，甲組和乙組在成就動機方面，沒什麼不同。亦即甲組和乙組在成就動機方面，不相上下。造成此結果的可能性為甲組和乙組在成就動機方面，其重視情形都是一樣。

#### 四、不同技術水準在成就動機的情形

由表四得知，國家級選手所佔的人數為 29 位(名)，全運會級選手所佔的人數為 67 位(名)，縣市級選手所佔的人數為 28 位(名)，學校級選手所佔的人數為 217 位(名)。國家級選手所佔的平均數為 48.21，全運會級選手所佔的平均數為 44.22，縣市級選手所佔的平均數為 44.14，學校級選手所佔的平均數為 44.41。國家級選手所佔的標準差為 6.76，全運會級選手所佔的標準差為 7.20，縣市級選手所佔的標準差為 9.05，學校級選手所佔的標準差為 8.20。選手等級在成就動機單因子變異數分析經  $F$  檢定後未達顯著水準，表示不同的選手等級之成就動機沒有顯著差異存在。詳如表四和表五。

表四 不同技術水準在成就動機的描述統計表

選手等級	人 數	平均數	標準差
國家級選手	29	48.21	6.76
全運會級選手	67	44.22	7.20
縣市級選手	28	44.14	9.05
學校級選手	217	44.41	8.20
總 和	341	44.68	8.01

表五 不同技術水準在成就動機單因子變異數分析摘要表

來 源	平方和	$df$	平均平方和	$F$ 檢定	顯著性
組間	398.014	3	132.671	2.09	.10
組內	21430.502	337	63.592		
總和	21828.516	340			

由結果得知，不同技術水準在成就動機方面，沒有顯著差異存在。也就是說，選手各個等級在成就動機方面，沒什麼不同，也並沒有符合陳俊民(1992)所指出，運動能力較高者，有較高的成就動機之觀念。

## 肆、結論與建議

### 一、結論

除了不同性別在成就動機方面，有顯著差異存在外，其餘國手與否、不同甲乙組和技術水準之大專網球選手在成就動機方面，沒有顯著差異存在，此表示國手與否、不同甲乙組和技術水準在成就動機方面，其重視情形都是一樣。

## 二、建議

- (一) 本研究發現不同性別網球選手其成就動機有顯著差異，且男子選手高於女子選手。因此，教練可以擬訂提高女子選手。因此，教練可以擬定提高女子網球選手成就動機之策略，來提高其運動表現。
- (二) 建議可增加更多的變項來做成就動機方面之分析，如：不同年齡、不同球齡、不同就讀階段和不同就讀年級等來做進一步的研究，以得到更完整的結果。

## 參考文獻

- 王明月、黃振華、李亭儀、謝淑娟 (2012)。桌球選手運動成就動機、流暢體驗與運動表現之相關研究。《運動與遊憩研究》，7(1) 89-101。
- 吳文郁、陳冠錦 (2007) 大專校院乙組桌球選手不同背景變相在成就動機與凝聚力之相關研究。《2007 大專體育學術專刊》，247-254。
- 吳蘇 (2008)。成就動機與自覺能力對大專生籃球罰球的工作難度選擇、內在動機及成敗歸因向度之影響。《2008 年台灣銀髮族休閒與健康產業發展學術研討會》，21-30。
- 林盈杉 (1994)。中、美、日資企業員工成就動機、領導型態組織結構與組織承諾關係之研究。高雄工學院管理科學研究所，未出版，高雄市。
- 黃同圳、薛婉婷 (1998)。「慎選人格特質」與「改善工作設計」何者為要？。《勞資關係論叢》，7，125-152。
- 黃孟立、蔡瑋娟、陳慧英 (2012)。大學生休閒態度、休閒需求對體育成就動機的影響。《輔仁大學體育學刊》，11，104-117。
- 張春興 (1991)。《現代心理學》。臺北市：東華。
- 陳俊民 (1992)。運動員與非運動員之角色對成就動機及生活適應的影響。未出版碩士論文，國立台灣師範大學體育研究所，臺北市。
- 陳雪亮、王俊明 (1999)。運動成就動機量表之編制報告。《1999 中華民國體育學會體育測驗與評量分科研究委員會研討會論文集》。
- 陳國樑 (1995)。女性工業行銷人員人格特質、角色負荷、工作滿足、組織承諾與離職意願關係之研究。未出版碩士論文，東吳大學企業管理研究所，臺北市。
- 黃素芬、蘇秦玉 (2005)。運動成就動機與自我設定目標對大專生桌球正拍擊球表現及學習滿意度的影響。《國立體育學院論叢》，16(1)，251-263。
- 黃開義 (1984)。工作特性、個人特質、領導型態、工作滿足與組織承諾對離職意願之影響。未出版碩士論文，中原大學機械研究所，桃園縣。
- 陳偉瑀、陳美榕 (2005)。競爭情境、回饋方式與成就動機對羽球發球表現之影響。《2005 大專體育學術專刊》，343-353。
- 陳瓊茶 (2005)。回饋與運動成就動機對運動表現及內在動機的影響。《國立體育學院論叢》16(1) 41-40。
- 黃瓊慧 (1985)。企業責任中心主管激勵與組織承諾之研究。未出版碩士論文，政治大學會研所，臺北市。
- 莊慶棋 (2011)。大專學生木球學習表現之內在動機與成就動機之研究，《休閒運動保健

- 學報，1，91-101。
- 盧俊宏（1994）。*運動心理學*。臺北市，師大書苑。
- Arvey, R., & Dewhirst, H. D. (1976). Relationships between goal clarity, participation in goal-setting and personality characteristics on Job-satisfaction in a scientific organization. *Journal of applied Psychology*, 61, 103-105.
- Atkinson, J. W. (1957). Motivational determinants of risk-taking behavior. *Psychological Review*, 64, 359-372.
- Harrell, A. M., & Stahl, M. J. (1984). McClelland's trichotomy of needs theory and the job satisfaction and Work performance of CPA Firm Professionals. *Accounting, Organizations & Society*, 9, 241-252.
- Hrebiniak, L. G., & Alutto, J. A. (1978). Personal and role-related factors in the development of organizational commitment. *Administrative Science Quarterly*, 12, 119-128.
- Kidd, T. R., & Woodman, W. F. (1975). Sex and orientations toward winning in sport. *The research Quarterly*, 46 (4), 476-483.
- Morris, J. H., & Sherman, J.D. (1981). Generalizability of an organizational commitment model. *Academy of Management Journal*, 24, 512-526.
- Murray, H. A. (1938). *Explorations in personality*. New York: Oxford university.
- Sage, G. (1980). Orientations toward sport of male and female intercollegiate athletes. *Journal of Sport Psychology*, 2, 355-362.
- Steers, R. M. (1977). Antecedents and outcomes of organizational commitment. *Administrative Science Quarterly*, 22, 46-56.
- Yasin, M. (1996). Entrepreneurial effectiveness and achievement in arab culture. *Journal of Business Research*, 35, 69-77.

## **A Study of Achievement Motivation Levels of Collegiate Tennis players in Taiwan**

**Su-Lin Lai**

Department of sport training science - Balls, National Taiwan Sport University

### **Abstract**

This study was based on the theory of achievement motivation, aiming to examine Taiwanese collegiate tennis players' achievement motivation levels in terms of gender, national/ non-national representative, group A/B, and standardized skills. Achievement Motivation Scale was utilized as a research tool. The subjects were 348 tennis players who participated in the 2010 National College Games (male n=205, mean age 20.45 years old; female n=143, mean age 20.36 years old). The completed questionnaires were 93.73%. The t-test was adopted to analyze the data in respect of gender, national/non-national representative, and group A/B; the single factor analysis of variance (one-way ANOVA) was implemented to find out the standardized skills. The significant level was set at  $\alpha=.05$ . The results showed as follows: There was significant difference between different genders; there was no significant difference between national/non-national representatives, group A/B and standardized skills in achievement motivation levels. This concluded that male was better than female in achievement motivation levels. Yet, there was no significant difference between national/non-national representatives, group A/B and standardized skills in achievement motivation levels. Accordingly, it is suggested that future research may explore Taiwanese collegiate tennis players' achievement motivation levels in terms of age, time length of playing tennis, academic study stage and grade.

**Keywords:** Gender, National representatives, Standardized skills



## 高雄市偏遠地區國民中學教育資源共享意見之調查研究

王文霖<sup>1</sup>、陳志明<sup>2</sup>、洪雪鳳<sup>3</sup>、古國宏<sup>2</sup>、李森源<sup>2</sup>

<sup>1</sup>小港國中

<sup>2</sup>美和科技大學休閒運動保健系

<sup>3</sup>美和科技大學美容系

### 摘要

本研究旨在瞭解高雄市偏遠地區國民中學專任教育人員對於教育資源現況之滿意度及其對現有資源與他校共享之意願，並進一步探討教育資源共享之可行策略。本研究以 101 學年度高雄市偏遠地區 16 所公立國民中學之專任教育人員為母群體，以隨機抽樣方式取得 387 位專任教育人員為研究對象，研究方法以問卷調查法為主。研究者整理相關文獻，徵詢專家學者及現職教育人員之意見，編製「高雄市偏遠地區國民中學教育資源現況滿意度與資源共享意願調查問卷」及「高雄市偏遠地區國民中學教育資源共享可行策略調查問卷」，共寄出問卷 320 份，回收有效問卷 281 份，可用率為 87.81%，並以次數分配、百分比、 $\chi^2$  考驗進行統計分析，最後就問卷調查分析發現如下：一、高雄市偏遠地區學校現有教育資源，以活動經費的足夠性滿意度最高，中央廚房設備最感不足。二、高雄市偏遠地區學校現有教育資源共享之意願，以教職宿舍最高，場地設備最低。三、高雄市偏遠地區學校教育資源共享有以下五類 11 項可行策略：（一）行政人力資源方面：建立支援機制、合聘專任行政人員。（二）師資人力資源方面：合辦教師研習、建立教師專長資料庫、建立專長教師支援授課機制。（三）社區人力資源方面：建立專長志工支援服務機制、建立志工專長資料庫。（四）教學資源方面：合辦親職教育活動、合辦師生各類競賽活動。（五）場地設備資源方面：訂定場地設備借用辦法、訂定圖書巡迴借閱手續。

**關鍵詞：**偏遠地區、教育資源、資源共享

註一：此指高雄縣市合併為高雄市而言。

## 壹、研究動機與目的

近十年來台灣人口結構逐漸由正金字塔型轉變為倒金字塔型，逐步邁向少子化、高齡化、異質化社會，其中少子化現象直接衝擊學校教育現場，造成招生不足、減班、班級人數下降、校園閒置空間增加、教育經費短少等問題，各級學校在面對教育經費不足的情況下，紛紛自籌經費，充實教育資源，以提升教育績效、確保教育品質。

目前國民中學教育幾乎都是以學校為單位，自行向上級主管教育機關或其他教育相關單位爭取經費，辦理各項教育活動與充實軟硬體設備，校際間由於聯繫或支援機制不足、學校本位特色之發展、不瞭解教育資源共享的意涵及歷程、擔心管理使用上的問題...等，使得國民小學在教育資源不足的情形下，相鄰學校間之教育資源卻又重複性極高，無法發揮最大之效用，因此為了滿足不同學校之需求，避免因教育資源不足，影響教學品質，進而衍生教育機會不均...等問題，實有必要落實教育資源共享理念，推動校際資源共享機制，有效整合教育資源，營造優質教育環境。

高雄市幅員廣闊，平地與山地之偏遠學校多達 16 所，由於學生人數較少，校地面積較小，導致教育資源不足，如何延伸校際間教育資源之利用價值，將有限資源發揮最大效益，同時以創新經營手法，規劃多元學習策略，創造教育價值，展現最高教育績效，進而誘使社會資源流入，以締造績效與資源之正向流動，是為本研究之目的。

綜上所述，本研究之目的如下：

- 一、瞭解高雄市偏遠地區國民中學教育人員對教育資源現況之滿意度。
- 二、瞭解高雄市偏遠地區國民中學教育人員對教育資源與他校共享之意願。
- 三、探討高雄市偏遠地區國民中學教育資源共享之可行策略。
- 四、依據研究結果，提出具體建議，做為日後偏遠地區國民中學建立教育資源共享制度之參考。

## 貳、文獻探討

本研究針對主題，首先探討教育資源之意涵，其次探討教育資源共享之基本概念，最後匯集教育資源共享之相關實證研究，加以討論說明。

### 一、教育資源之意涵

教育資源牽涉複雜且龐大之各類資源，涵蓋層面非常廣泛，內容也相當多元，舉凡與教育目的有關，運用在教育活動上的知識、組織、文化、制度、人力、物力、財力等各種能助益教育發展之有形、無形資源，總稱之為教育資源。以下將教育資源之意涵，依不同學者之觀點加以分類說明：

#### (一) 教育資源屬有限之經濟資源

姜麗娟(1993)指出教育資源是包括人力、物力、財力、空間及時間之稀有經濟資源，這些資源都是有限的，必須審慎分配與運用。顧明遠(1998)指出教育資源亦稱教育經濟條件，是教育過程所擁有、使用和消耗的人力、物力和財力資源，即教育人力資源、物力資源和財力資源的總和。因此學校教育如何在資源有限，需求無限的情況下，有效管理、靈活運用教育資源，值得深思與探討。

## (二) 教育資源是助益教育發展之一切校內外資源

張碩玲(2001)認為：狹義之教育資源係指學校內一切有形和無形、天然和人為的資產和力量，對學校發展、教育目標之達成有所助益。廣義之教育資源是指相鄰學校將其校內教育資源加以整合，不重複、不浪費，作最有效之利用，屬共生、共用、共創優質環境與教育價值之資源，其種類包括人力資源、物力資源、知識資源、服務資源。黃政傑(1996)認為任何教育過程的進行總要以一定的資源條件提供為前提，否則教育活動就不能進行。因此，教育資源又稱教育條件，為確保教育活動進行、助益教育發展，所需要的校內外一切人力、物力和財力條件，其包含教育活動中所運用的人力資源、物力資源和財力資源的總合。

## (三) 教育資源是影響教育發展深遠之一切有形無形之資源

Massy, Meyerson, & Taylor (1993) 將教育資源解釋為有形資源，包括教育活動所需之財力、人力、物力和資訊等。沈詒成(2001)、游柏芬(1996)將教育資源分為有形資源與無形資源，有形資源內容包括政府及民間提供之經費、人力資源、物力資源等；無形資源包括知識、品質、文化、制度等。無形資源主要體現在學校聲望、校園文化、辦學品牌、管理制度、研究成果、培育人才等特色。李建興(1995)提及國民中小學積極提供之教育資源，使文化建設往下紮根，其內涵是地的資源、教育活動(課程)資源、文化資源。無論在過去或現在，無形資源之重要性，常受到教育工作者忽視，亟需改變觀念，充分加以利用與發展。

教育資源是學校提供教育服務所必須持續投入之要素，也是教育績效展現之後盾，有形資源與無形資源間相互依存、相互影響，有形資源之正向流動與發揮實用價值，可增進無形資源之生產、延續與發展，無形資源之創生，可讓學校永續發展，創新人文品味、創造多元價值，因此，只要學校有形資源之運用能夠有效且精緻的發展，必能讓學校無形資源無限繁衍，發揮多元、創新之教育功能。本研究所指之教育資源為國民中學相鄰校際間可資運用之教育資源；依據研究目的選取屬有形資源之人力資源、物力資源及無形資源之教學服務資源作為變項，以探討偏遠地區教育資源共享之可行性。

## 二、教育資源共享之基本概念

針對教育資源共享之基本概念，首先說明教育資源共享之意義，其次討論教育資源共享之重要性，最後分析教育資源共享之方式。

### (一) 教育資源共享之意義

張碩玲(2001)認為，資源共享係指和他人共同享受並使用自然、人為、有形和無形的資源，這些資源為人所需，且對彼此有所助益，範圍包含人的資源、物的資源和事的資源。將資源共享的意義運用於教育方面，即稱為「教育資源共享」，國內教育由於對於此概念認識較晚，因此較不熟悉。

Sommer(1990)指出，教育資源共享為兩個學區或數個學區間自願性地達成合作協定，將彼此資源加以整合運用，共同形成完善的教育計畫，並且在學術課程、課外活動及行政領域方面，努力合作發展與維持學區之間基本需求。

姜麗娟(1993)指出，以美國教育制度而言，教育資源共享即為學區間教育資源共享，亦即數個鄰近學區為了改善並增加教育機會，而以共同合作的方式達成彼此的

利益及目的。例如：數個學區以共享合作之方式，共同延聘一位全職的心理輔導人員，提供學生諮商服務，以滿足各校學生之需求。又如：兩個學區之間共聘請一位特殊專長領域教師，教師早上任教於甲學區，下午任教於乙學區；或是將甲學區學生載送至乙學區接受某特殊課程，此外兩學區之學校亦可共同合資購買較昂貴之儀器設備，或是合資興建大型完整體育館等，這些均是學區中教育資源共享之例子。

若以美國為例，學區間資源共享的意義包括下列四個要素，第一：參與共享的學區至少有兩個；第二：彼此間均有資源可供共享；第三：彼此有合作的協議計畫；第四：共享的目的明確（姜麗娟，1993）。以美國為經驗，將此概念應用於台灣本土，其實共享的範圍亦可縮小至以學校為單位，先從校際間資源共享開始執行，漸漸擴展至同一鄉鎮市區內共享，再推展至鄉鎮市區間共享。

根據上述學者之意見，教育資源共享之意義可歸納如下：

- 1.教育資源共享之對象為兩個學區或數個鄰近學區之學校，彼此視對方為可運用之資源、共同之夥伴與服務之對象。
- 2.教育資源共享之內容包括自然、人為、有形和無形的教育資源。
- 3.教育資源共享的方式為自願性地達成合作協定，將彼此資源加以整合運用，共同形成完善的教育計畫，並且在學術課程、課外活動及行政領域方面，努力合作發展與維持學校之基本需求。
- 4.教育資源共享的目的在使有限的資源做最有效的運用，期使學校發揮效能，改善並增加教育機會，以達成彼此的利益及目的。

綜上所述，本研究將資源共享範圍設定在相鄰學校間之教育資源共享，因為相鄰學校要執行教育資源共享，具可及性與協調性之優勢，因此教育資源共享可定義為：「兩所以上相鄰之學校，為了提升教育品質，達成教育績效，訂定資源共享計畫，在享有學校自主性之原則下，採取共同合作的方式，推動各項教育活動，彼此分享教育資源，以獲取豐富多元的教育資源，發揮教育資源使用之最大效益。」

## （二）教育資源共享之重要性

由於教育經費的不足以及在各種條件、規定與限制的情形下，教育經費之分配產生不均與不當，導致今日國民小學教育資源城鄉差異懸殊。教育主管機關在教育資源有限，無法持續增建擴充的情況下，必須找出維持高品質教育內容、符合經濟效益的合理教育體制，國內外學者們（姜麗娟，1993；Berliner, 1990；Jackson, 1990）皆認為，校際間採共享教育資源方式，最能維持小型學校教育服務品質，不僅可以提高資源充足學校之教育資源使用效益，亦可改善資源不足學校教育條件，提升其教育品質，進而達成各校教育服務目標，縮短城鄉差距，實現教育機會等之理想。

綜上所述，教育資源共享可以促使校際間彼此分享匱乏的資源與寶貴的工作經驗，增進對彼此資源性質的瞭解，避免資源浪費，減少資源的重疊性，進而提供豐富、多元、適切的服務類型，提升服務的可及性、協調性，滿足二個學校以上的師生家長等成員之各種需求，因此，為了弭平校際間教育條件差距，使學生不因居住地區、就讀學校規模、地理位置等因素，而影響其學習品質與學習成就，發展教育資源共享策略有其重要性與迫切性。

近年來資訊科技一日千里，促使校園網路快速發展，學校教育資源可以透過資訊管理平台之建置，提供師生豐富多元的教育資訊，因此實現跨校際、跨區域的教育資源共享時代已經來臨，運用網路分享教育資源，已為教育資源共享打開第一扇窗，未來如何開啟更多的管道，充分瞭解與靈活運用相鄰學校之教育資源，建立資源分享交流機制，讓台灣每個角落的孩子都能擁有多元學習管道，公平的教育機會，實有待教育工作者運用實踐智慧，放下本位主義的堅持，排除校際間之惡性競爭心態等問題，彈性運用各種共享方式，建構完善的資源共享制度。

總之，教育資源共享可以促使校際間彼此分享匱乏的資源與寶貴的工作經驗，增進對彼此資源性質的瞭解，避免資源浪費，減少資源的重疊性，進而提供豐富、多元、適切的服務類型，提升服務的可及性、協調性，滿足二個學校以上的師生家長等成員之各種需求，因此，為了弭平校際間教育條件差距，使學生不因居住地區、就讀學校規模、地理位置等因素，而影響其學習品質與學習成就，發展教育資源共享策略有其重要性與迫切性。

### （三）教育資源共享之策略

姜麗娟（1993）指出，教育資源共享的方式大致可分為二種：一種屬於較正式的，是透過由政府組織的「中介機構」（Intermediate Agency）來執行共享事宜，該組織主要提供單一學區無法提供或無法獨立負擔經費的教學活動及設備，以及其它服務事項。此種聯合數個學區與一中介機構，可以紐約州「合作性教育服務委員會」（Board of Cooperative Educational Services，簡稱 BOCES），及德州二十個「教育服務中心」（ESCs）為代表。另一種教育資源共享方式，則屬於較非正式的學區間自願性共享（Voluntary Inter-district Sharing），不透過中介機構的協商計劃，而由兩個學區的人員參與策劃，此種共享方式亦相當普遍。

此二種共享方式均有各自的優缺點：第一種較正式方式，透過中介機構安排共享事宜，雖可獲得較廣的資源及服務項目，但是對於小學區而言，他們認為此種方式會使他們失去自主性，而需求未必能從中介機構所提供的服務中獲得滿足，再者小學區認為他們對共享內容無支配的權力，完全任由中介機構安排（Monk & Haller, 1986）。第二種非正式方式，自願性的學區共享雖較易符合學區間彼此的要求，且雙方意見較易溝通，但由於本身已對另一學區有先入為主的觀念，難免引起學區間的競爭與比較而阻礙共享計劃。相形之下，透過中介機構進行資源共享較可減少競爭性，因為在共享活動中學區較無自我的色彩，較易達成共識與合作；因此二種共享方式可視學校狀況與需求加以選用，只要能結合有限資源，達成雙方教育目標，發揮更大的教育功能，就是最佳之教育資源共享模式。

專家學者們支持校際間協調合作的理由，包括可以彼此分享匱乏的資源與寶貴的工作經驗，增進對問題的瞭解，避免資源的重疊與浪費，進而提供多元的服務類型，提升服務的品質，滿足顧客各種需求。然而對於教育資源共享的模式與策略，因資源的性質與共享目的不同，而有差異。其一為垂直式的資源共享，亦即將不同類型的教育機構如國小、國中、高中，運用策略聯盟整合教育資源，協助其建立夥伴關係，推動教學、研

究、設備資源共享、行政支援與協助等合作模式，讓教育資源能充分的運用及整合，有助於學生學習階段的銜接，體現適性發展的教育理想。另一模式為水平式的資源共享，亦即建構校際間之互動機制，運用跨校開課、校際間協力舉辦教師研習、師生活動、教師相互支援、建置教學資源中心等資源共享方案，讓學校間相互提供資源協助，使兩校教學活動得以順利實施，若此機制健全發展，對相鄰學校共同完成服務目標助益頗大。

綜上所述，教育資源共享策略須針對學校各種背景因素、內外條件、狀況需求等加以研擬，其過程均宜採漸進式發展，首先相鄰學校應視對方為可運用之資源，針對彼此之教育資源進行瞭解與交流，基於互利互惠、共生共榮之想法，建立完善之溝通管道，雙方將對方視為平等的主體，在彼此尊重的原則下進行教育資源交流與合作，逐步建立良性互動之夥伴關係，最後因相鄰兩校之密切合作，相互依存、榮辱與共，而互視對方為服務之對象，由被動的協助支援轉變為積極主動的共享資源。

### 三、教育資源共享之相關研究

綜合國內相關實證研究，依研究變項關聯層面，可分成「學校教育人員與教育資源現況滿意度」、「學校教育人員與教育資源分享意願」、「學校教育人員與教育資源分享可行策略」三個向度，加以說明。

#### (一) 學校教育人員與教育資源現況滿意度之相關研究

林文正(2001)以高雄縣三民鄉、桃源鄉、六龜鄉、茂林鄉、內門鄉、杉林鄉、甲仙鄉等七個鄉共三十六所國中小校長及教職員為研究對象，指出：學校教職員宿舍足夠性滿意度最高。其次是「鄉土、自編教材」。其他十項「職員足夠滿足行政需要」、「教師與課程需要」或「支援專長教學」、「社區資源」、「活動經費」、「圖書」、「視聽媒體」、「研習討論室」、「活動中心」、「學校刊物」、「義工、社區人才」，皆低，其中「社區資源」最低。

蘇啟昌(2003)以澎湖縣40所國民小學教職員為研究對象，指出：對「鄉土、自編教材」滿意度最高；而對「社區資源」、「活動經費」、「圖書」、「視聽媒體」、「研習討論室」及「學校刊物」等六項均感不足。

吳碧霞(2009)以南投縣原住民地區國民小學主任及老師為調查對象，指出：原住民地區小學在整體教育資源現況及各層面教育資源能提供協助及符合程度均屬於中高程度。各層面的平均數高低依序為「行政運作」、「設備運用」、「課程規劃」、「師資素質」、「社區資源」。各分層面的符合程度均屬於中高程度，以行政運作、設備運用符合程度較高，以社區資源的符合程度較低。

王文君(2008)以臺北縣76所公立國民小學之校長、處室主任、教師兼組長及教師合計540人為調查對象，發現：1.臺北縣國民小學整體教育資源尚有不足亟待改善。2.臺北縣國民小學有較充足的人力資源，惟物力資源較為欠缺。3.臺北縣國民小學的教學資源雖較充足，學生輔導的資源則甚為欠缺。4.臺北縣國民小學教育資源有質量不均現象亟待改進。

#### (二) 學校教育人員與教育資源共享意願之相關研究

林文正(2001)指出：高雄縣三民鄉等三十六所國中小校長及教職員對現有教育資源共享意願，以「鄉土、自編教材」最高，其餘依序是「視聽媒體」、「社區資源」、「學

校刊物」、「圖書」、「合辦活動」。而最不願意與他校共享或交流的現有資源乃「職員支援專長工作」和「教職宿舍」，其中「職員支援專長工作」意願最低。

許淑真(2005)以桃園縣特殊偏遠地區學校教育人員為研究對象，指出：桃園縣教師對於教育資源共享有其需求性，對於教育資源共享的意願很高，蘇啟昌(2003)指出：澎湖縣40所國民小學教職員對「學校刊物」的分享意願最高，「職員」及「教職宿舍」分享的意願最低。

### (三) 學校教育人員與教育資源共享可行策略之相關研究

林文正(2001)指出：高雄縣三民鄉等三十六所中小校長及教職員認為有八項教育資源整合途徑最為有效：合辦教師研習、建立教師專長資料庫、建立義工專長資料庫、建立制度、合辦各校教材研習活動、共同規劃研究教材、訂定場地設備借用辦法、合辦活動分享設備。

許淑真(2005)指出：桃園縣特殊偏遠地區學校教育人員認為共聘人力資源以改善教育現況有其必要性，學校需運用群組夥伴關係增進校際合作，達成互補互惠目標，解決資源不足困境。

蘇啟昌(2003)指出：全體澎湖縣教師認為學校間教育資源整合在「各項行政人力相互支援有效途徑」中以「建立制度」為最有效的途徑；在「各校師資人力相互支援有效途徑」中以「建立教師專長資料庫」為最有效的途徑；在「各校社區人力相互支援有效途徑」中以「建立組織與制度」為最有效的途徑；在「各校在有限經費下如何辦理各項活動」中以「合辦教師研習」為最有效的途徑；在「各校場地設備相互支援有效途徑」中以「訂定場地設備借用辦法」為最有效的途徑；在「各校刊物設備相互支援有效途徑」中以「相互借閱」為最有效的途徑；在「各校如何整合人力有效編製課程教材」中以「共同規劃研究教材」為最有效的途徑。

廖雙玉(2010)以臺中縣市公立國民小學之現職教師為研究對象，進行教育資源整合途徑之調查，其調查結果：

#### 1. 臺中縣市國民小學學校人力資源整合之可行途徑：

- (1) 教學人力資源整合方面：「建立教師專長資料庫」為主，「專長師資共聘」、「專長領域師資巡迴各校支援指導」次之。
- (2) 行政人力資源整合方面：「數校合聘專任行政人員」為主，「合辦行政人員在職訓練」次之。
- (3) 社區或組織團體的人力資源整合方面：「建立社區人力資源資料庫」為主，「建立義工專長資料庫」、「建立非營利組織或公益團體人力資源資料庫」次之。

#### 2. 臺中縣市國民小學學校物力資源整合之可行途徑：

- (1) 學校設備整合方面：「建立學校設備資訊網站，利於對外相互借用」為主，「向鄰近學校、社區、組織團體借用」次之。
- (2) 學校場地整合方面：「建立學校場地資訊網站，利於對外相互借用」為主，「向鄰近學校、社區、組織團體借用」次之。

#### 3. 臺中縣市國民小學學校財力資源整合之可行途徑：

「學校與他校或機構共同提撥經費合辦或協辦活動」為主，「學校結合社區與家長

辦理園遊會或義賣活動募款」、「學校聯合他校或機構向企業單位與民間團體募款」次之。

4.臺中縣市國民小學學校資訊資源整合之可行途徑。

(1) 刊物與圖書整合方面：「學校可與他校或機構相互借用圖書與刊物」為主，「編印學校刊物，分享辦學成效或教學心得...等」、「學校可與他校或機構互贈刊物」次之。

(2) 課程、教材與網路資源整合方面：「彙整教材資料在網路建檔，相互分享」為主，「學校可與他校或機構利用網路相互交流活動訊息」、「共同規劃、研發課程與教材」次之。

上述教育資源共享之研究，提供本研究甚佳的理論基礎與參考依據，綜合各學者研究，研究者認為教育資源涵蓋範圍廣闊，本研究將選取五類 11 項可行策略：(一) 行政人力資源方面：建立支援機制、合聘專任行政人員。(二) 師資人力資源方面：合辦教師研習、建立教師專長資料庫、建立專長教師支援授課機制。(三) 社區人力資源方面：建立專長志工支援服務機制、建立志工專長資料庫。(四) 教學資源方面：合辦親職教育活動、合辦師生各類競賽活動。(五) 場地設備資源方面：訂定場地設備借用辦法、訂定圖書巡迴借閱手續，對高雄市偏遠地區國民中學現有教育資源進行探究。教育資源是否充足、配置是否均等，對學校教育品質影響深遠，在高雄市偏遠地區國民中學教育資源有限，無法適時增設更新與維護之際，教育資源共享是可行性極高之策略，值得研究者深入探究與瞭解。

### 叁、研究設計

茲依據研究動機、研究目的、文獻探討及相關研究之整理，將本研究之研究架構、研究對象、研究工具以及資料處理與統計方法說明如下。

#### 一、研究架構

本研究以 101 學年度高雄市偏遠地區 16 所公立國民中學專任人員為研究對象，以專任人員背景變項為自變項，教育資源現況滿意度、教育資源共享意願、教育資源共享可行策略為依變項，旨在探究臺中縣偏遠地區國民中學專任教育人員對於教育資源現況之滿意度、對現有資源與他校共享之意願及教育資源共享之可行策略。茲將研究架構圖呈現如圖 1，同時將研究變項之關係說明如次：

A：以專任人員背景變項為自變項；教育資源現況滿意度為依變項，探討不同背景變項的專任人員，對教育資源現況滿意度的差異情形。

B：以專任人員背景變項為自變項；教育資源共享意願為依變項，探討不同背景變項的專任人員，對教育資源與他校共享意願的差異情形。

C：以專任人員背景變項為自變項；教育資源共享可行策略為依變項，探討不同背景變項的專任人員，對教育資源與他校共享可行策略的差異情形。



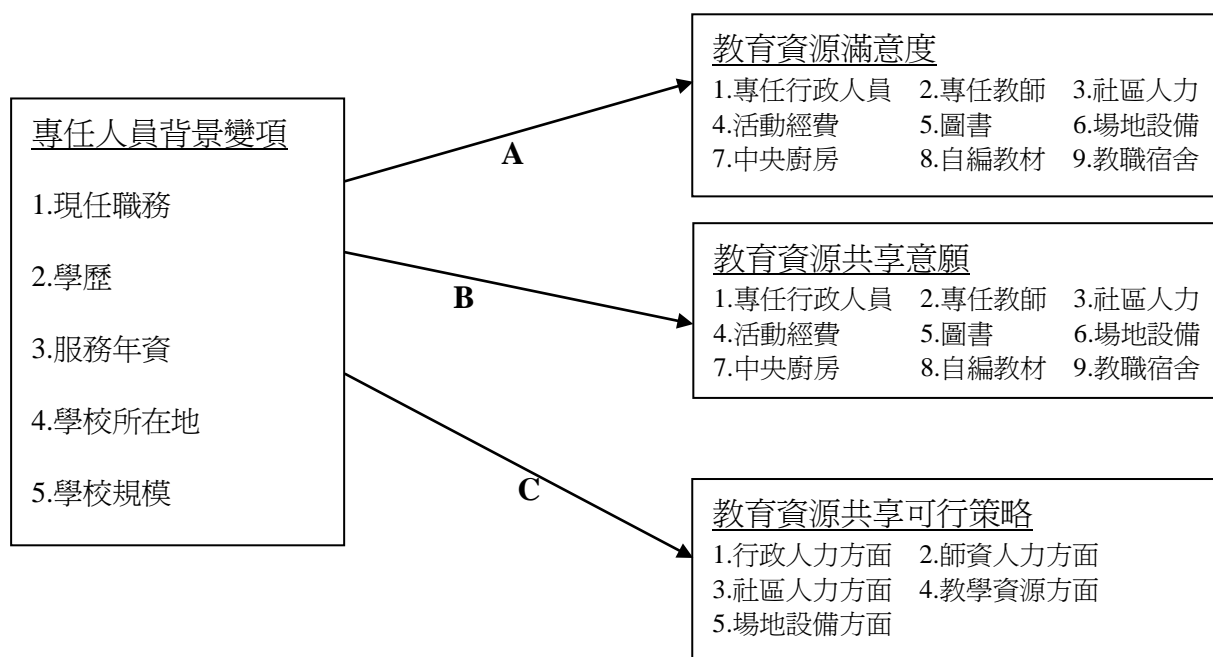


圖 1 研究架構

## 二、研究對象

本研究係以101學年度台中縣偏遠地區16所公立國民中學專任人員為研究母群體，預試樣本20人，回收20份。正式問卷扣除預試樣本，隨機抽取每校專任人員20人，共計320名專任人員進行問卷調查。施測結果回收問卷281份，回收率為87.81%。回收問卷經詳細檢查與過濾後，剔除16份，實得有效問卷份，可用率為94.31%。

## 三、研究工具

本研究採問卷調查法，研究工具為研究者依研究目的，並參考相關文獻而編製「高雄市偏遠地區國民小學教育資源現況滿意度與資源共享可行策略」問卷，內容分為三部分第一部份是填答者個人基本資料，第二部份為教育資源現況滿意度與資源共享意願調查，第三部份是教育資源共享可行策略調查。第二部分與第三部分主要參考林文正（2001）所編製之高雄縣偏遠地區學校教育資源整合可行途徑意見調查問卷予以修訂發展而來。

用以蒐集資料之問卷分三部份，茲將研究工具簡要介紹如下：

### （一）預試之實施

研究者將預試問卷編製完成後進行預試，預試樣本取自茂林區、六龜區、甲仙區那瑪夏區、杉林區之專任教育人員，共計20位，其中，有效樣本20份，問卷回收率100%經由研究者編碼後再鍵入電腦加以分析並將其建議紀錄下來做為修正之參考。

### （二）正式問卷內容

本問卷經過預試，修正不良及模稜兩可之題目後，保留教育資源現況滿意度與資源共享意願調查問卷18題，教育資源現況滿意度與資源共享意願調查問卷6題後，編製完成正式問卷。

### (三) 信效度資料

1. 信度資料：本研究在信度方面採用 Cronbach  $\alpha$  係數考驗，以估量問卷的內部一致性，作為信度指標。 $\alpha$  係數越大表示內部一致性越高，信度也越高。在「教育資源現況滿意度與資源共享意願量表」的 Cronbach  $\alpha$  係數為.8326。在「教育資源共享之可行策略量表」的 Cronbach  $\alpha$  係數為.8688，顯示本問卷之內不一致性尚佳，應能有效支持本研究的研究結果。
2. 效度資料：在效度資料上，係研究者經由文獻探討後選取若干適合題項。本研究在問卷初稿編製完成後，邀請五位教育行政領域學者及學校實務工作者，就問卷內容、架構及用語等，提供斧正修訂意見，從而擬定預試問卷，因此應具專家內容效度。預試問卷回收經分析修改後刪除不適當題目再編成正式問卷，以作為本研究調查之用。

### 四、資料處理與統計方法

本研究採用統計套裝軟體 spss for window 18/0 版進行分析，統計方法說明如下：

- (一) 以次數分配、百分比，瞭解臺中縣偏遠地區國民中學教育專任人員對教育資源現況滿意度、資源共享意願與教育資源共享可行策略之看法。
- (二) 以  $\chi^2$  考驗，瞭解不同背景變項之臺中縣偏遠地區國民中學教育專任人員對教育資源現況滿意度、資源共享意願與教育資源共享可行策略之意見是否有差異。

### 肆、研究結果

本研究經問卷調查統計分析，所得之結果如下：

#### 一、教育資源現況滿意度百分比分析

由表 1 得知，「活動經費」(72.06%) 與「教職宿舍」(66.19%) 滿意度較高。其次是「社區人力」(64.06%)。其他六項「專任行政」、「專任教師」、「圖書」、「場地設備」、「中央廚房」、「自編教材」，滿意度皆低於 50%，其中「中央廚房」(21.35%) 最低，表示全體填答者對「中央廚房」最不滿意。

表 1 教育資源現況滿意度百分比分析摘要表

教育資源	資源滿意度			資源共享意願		
	n	%	排序	n	%	排序
1.專任行政	149	53.02	4	190	67.62	3
2.專任教師	138	49.11	5	198	70.46	2
3.社區人力	180	64.06	3	112	39.86	5
4.活動經費	204	72.60	1	101	35.94	6
5.圖書	101	35.94	6	64	22.78	7
6.場地設備	95	33.81	7	55	19.57	9
7.中央廚房	60	21.35	9	163	58.01	4
8.自編教材	70	24.91	8	59	21.10	8
9.教職宿舍	186	66.19	2	268	95.37	1

表 2 不同背景變項專任人員對教育資源滿意度之  $\chi^2$  統計分析摘要表

背景變項	職務	學歷	服務年資	學校所在地	學校規模
	1.校長 (n=16)	1.師專 (n=13)	1.未滿 4 年	1.平地 (n=183)	1.6 班以下
	2.教師兼行政 (n=138)	2.一般大學 (n=68)	(n=20)	2.山地 (n=98)	(n=196)
	3.專任行政 (n=25)	3.師範學院 (n=108)	2.滿 4 年-未滿 8 年 (n=44)		2.7 至 12 班 (n=80)
	4.專任教師 (n=102)	4.研究所 (n=92)	3.滿 8 年-未滿 12 年 (n=84)		3.13 班以上 (n=5)
			4.滿 12 年-未滿 16 年 (n=58)		
			5.滿 16 年以上 (n=75)		
1.專任行政	11.621	5.371	7.881	3.500	16.026*
2.專任教師	9.207	12.509	18.326	2.736	5.855
3.社區人力	9.330	3.609	22.383*	2.869	11.913
4.活動經費	8.519	9.363	12.829	7.744	8.771
5.圖書	8.905	1.530	6.003	3.334	18.419**
6.場地設備	10.436	7.163	11.140	4.140	6.900
7.中央廚房	14.282	16.393	11.070	9.249*	16.135*
8.自編教材	2.891	16.579	8.944	.760	15.702*
9.教職宿舍	3.351	9.976	8.984	12.103**	28.802***

\* $p < .05$  \*\* $p < .01$  \*\*\* $p < .001$  ns 未達顯著水準

## 二、不同背景變項專任人員對教育資源共享意願之 $\chi^2$ 統計分析

高雄市偏遠地區國民中學不同背景變項之專任人員對教育資源與他校共享意願之  $\chi^2$  統計分析如下：

### (一) 不同職務專任人員對現有資源共享意願之 $\chi^2$ 統計分析

由表 3 得知，除「專任教師」方面有差異外，其餘資源共享方面並無顯著差異。

### (二) 不同學歷專任人員對現有資源共享意願之 $\chi^2$ 統計分析

由表 3 得知，除「活動經費」與「場地設備」方面有差異外，其餘資源無顯著差異。

### (三) 不同服務年資專任人員對現有資源共享意願之 $\chi^2$ 統計分析

由表 3 得知，不同服務年資之學校專任人員對教育資源與他校共享意願無顯著差異。

### (四) 不同學校所在地之專任人員對現有資源共享意願之 $\chi^2$ 統計分析

由表 3 得知，除「專任行政」與「教職宿舍」方面外，其餘教育資源無顯著差異。

### (五) 不同學校規模之專任人員對現有資源共享意願之 $\chi^2$ 統計分析

由表 3 得知，在「中央廚房」、「自編教材」、「圖書」、「教職宿舍」方面有差異，在「專任行政」、「專任教師」、「社區人力」、「活動經費」、「場地設備」方面，無顯著差異。

表 3 不同背景變項專任人員與教育資源共享意願之  $\chi^2$  統計分析摘要表

背景變項	職務	學歷	服務年資	學校所在地	學校規模
	1.校長 (n=16)	1.師專 (n=13)	1.未滿 4 年	1.平地 (n=183)	1.6 班以下
	2.教師兼行政 (n=138)	2.一般大學 (n=68)	(n=20)	2.山地 (n=98)	(n=196)
	3.專任行政 (n=25)	3.師範學院 (n=108)	2.滿 4 年-未滿 8 年 (n=44)		2.7 至 12 班 (n=80)
	4.專任教師 (n=102)	4.研究所 (n=92)	3.滿 8 年-未滿 12 年 (n=84)		3.13 班以上 (n=5)
			4.滿 12 年-未滿 16 年 (n=58)		
			5.滿 16 年以上 (n=75)		
1.專任行政	11.411	6.857	17.746	9.821*	9.999
2.專任教師	16.996*	4.119	8.373	5.654	5.955
3.社區人力	9.438	14.504	6.670	.610	5.707
4.活動經費	7.878	17.586*	9.124	2.556	6.379
5.圖書	9.458	16.619	12.490	6.118	15.787*
6.場地設備	9.838	32.256***	9.801	.358	4.086
7.中央廚房	10.916	5.190	12.279	.255	14.053*
8.自編教材	4.198	9.350	7.047	1.553	14.025*
9.教職宿舍	11.591	7.251	13.411	21.124***	25.743***

\* $p < .05$  \*\* $p < .01$  \*\*\* $p < .001$  ns 未達顯著水準

### 三、教育資源共享之可行策略百分比分析

由表 4 可知，填答者認為校際間資源共享之可行策略以「場地設備相互支援」之「訂定場地設備借用辦法」最為可行(68.2%)，其次為「教學資源相互支援」之「合辦親職教育活動」(65.9%)、「社區人力相互支援」之「專長志工支援服務」(63.7%)、「訂定場地設備借用辦法」之「訂定圖書巡迴借閱手續」(61.4%)。另在「行政人力相互支援」方面以「建立支援機制」最為可行(59.1%)，「師資人力相互支援」方面以「合辦教師研習」最為可行(57.1%)。

表 4 教育資源共享可行策略百分比分析摘要表

教育資源共享策略	全體		排序
	n	%	
<b>1.行政人力互相支援策略</b>			
(1) 建立支援機制	182	64.77	1
(2) 合辦行政人員在職訓練	147	52.31	3
(3) 專任人員借調	75	26.69	5
(4) 合辦行政人員聯誼活動	79	28.11	4
(5) 合聘專任行政人員	166	59.07	2
<b>2.師資人力相互支援策略</b>			
(1) 建立教師專長資料庫	173	61.57	2
(2) 專長教師支援指導	173	61.57	2
(3) 合辦教師研習	176	62.63	1
(4) 教師支援兼課	65	23.23	5
(5) 遠距教學	49	17.44	7
(6) 合辦教師聯誼活動	62	22.06	6
(7) 合聘專長教師	150	53.38	3
(8) 補助交通費	100	35.59	4
<b>3.社區人力相互支援策略</b>			
(1) 建立專長志工資料庫	184	65.48	2
(2) 專長志工支援服務	196	69.75	1
(3) 合辦志工講習	143	50.89	3
(4) 合辦志工聯誼活動	124	44.13	5
(5) 設立組織、建立制度	137	48.75	4
<b>4.教學資源相互支援策略</b>			
(1) 合辦師生各類競賽活動	178	63.35	2
(2) 合辦親職教育活動	203	72.24	1
(3) 合辦畢業典禮	65	23.13	6
(4) 合辦運動會	135	48.04	3
(5) 合辦戶外教學	131	46.62	4
(6) 合辦營養午餐	91	32.38	5
(7) 合辦學生課輔活動	54	19.22	7
<b>5.場地設備相互支援策略</b>			
(1) 訂定圖書巡迴借閱手續	189	67.26	2
(2) 訂定場地設備借用辦法	210	74.73	1
(3) 架設學校場地資訊平台	138	49.11	3

n：各選項次數分配

#### 四、不同背景變項專任人員對教育資源共享可行策略之 $\chi^2$ 統計分析

高雄市偏遠國中不同背景變項之專任人員對資源共享可行策略之 $\chi^2$ 統計分析如下：

##### (一) 不同職務專任人員對教育資源共享可行策略之 $\chi^2$ 統計分析

由表 5 得知，除「行政人力相互支援之建立支援機制」、「師資人力相互支援之合辦教師研習、合聘專長教師」、「教學資源相互支援之合辦親職教育活動」方面有差異外，其餘方面無顯著差異。

##### (二) 不同學歷專任人員對教育資源共享可行策略之 $\chi^2$ 統計分析

由表 5 得知，除「行政人力相互支援之合聘專任行政人員」方面達顯著差異外，其餘方面無顯著差異。

##### (三) 不同服務年資專任人員對教育資源共享可行策略之 $\chi^2$ 統計分析

由表 5 得知，除「行政人力相互支援之合聘專任行政人員」與「社區人力相互支援之合辦志工講習」方面有差異外，其餘方面無顯著差異。

##### (四) 不同學校所在地之專任人員對教育資源共享可行策略之 $\chi^2$ 統計分析

由表 5 得知，除「行政人力相互支援之建立支援機制、合辦行政人員在職訓練、合聘專任行政人員」、「師資人力相互支援之建立教師專長資料庫、合聘專長教師」、「教學資源相互支援之合辦運動會、合辦戶外教學」方面有差異外，其餘方面無顯著差異。

##### (五) 不同學校規模之專任人員對教育資源共享可行策略之 $\chi^2$ 統計分析

由表 5 得知，除「行政人力相互支援之專任人員借調」、「教學資源相互支援之合辦運動會」方面有差異外，其餘方面無顯著差異。

表 5 不同背景變項專任人員對教育資源共享可行策略之 $\chi^2$ 統計分析摘要表

背景變項	職務	學歷	服務年資	學校所在地	學校規模
	1.校長	1.師專	1.未滿 4 年	1.平地	1.6 班以下
	2.教師兼行政	2.一般大學	2.滿 4 年 未滿 8 年	2.山地	2.7 至 12 班
	3.專任行政	3.師範學院	3.滿 8 年 未滿 12 年		3.13 班以上
	4.專任教師	4.研究所	4.滿 12 年未滿 16 年		
			5.滿 16 年以上		
1.行政人力互相支援策略					
(1) 建立支援機制	9.003*	2.291	2.776	6.115*	1.467
(2) 合辦行政人員在職訓練	0.882	5.218	6.220	5.109*	4.992
(3) 專任人員借調	7.113	2.548	5.319	1.31	7.283*
(4) 合辦行政人員聯誼活動	2.766	6.692	1.715	2.966	.699
(5) 合聘專任行政人員	6.690	18.875***	18.628**	3.866*	.775

表 5 不同背景變項專任人員對教育資源共享可行策略之  $\chi^2$  統計分析摘要表 (續)

2.師資人力相互支援策略					
(1) 建立教師專長資料庫	6.605	4.537	2.753	4.026*	1.678
(2) 專長教師支援指導	1.249	3.956	2.229	1.090	2.265
(3) 合辦教師研習	8.274*	2.612	5.204	.304	1.966
(4) 教師支援兼課	4.893	1.871	5.016	.275	4.216
(5) 遠距教學	0.427	2.006	5.256	.004	2.276
(6) 合辦教師聯誼活動	4.224	2.816	4.726	1.609	.565
(7) 合聘專長教師	10.050*	7.123	7.435	5.257*	.089
(8) 補助交通費	2.009	2.553	2.663	7.776	4.760
3.社區人力相互支援策略					
(1) 建立專長志工資料庫	6.824	7.395	3.048	.130	3.315
(2) 專長志工支援服務	7.332	2.117	3.977	.100	2.111
(3) 合辦志工講習	2.360	2.744	12.167*	.263	3.621
(4) 合辦志工聯誼活動	3.496	0.997	2.648	.376	.740
(5) 設立組織、建立制度	0.467	4.417	2.528	.053	3.388
4.教學資源相互支援策略					
(1) 合辦師生各類競賽活動	3.898	2.326	.951	3.363	1.702
(2) 合辦親職教育活動	8.059*	2.719	6.221	.002	1.096
(3) 合辦畢業典禮	7.151	0.639	1.710	7.261	3.014
(4) 合辦運動會	2.867	1.645	1.040	20.172***	6.962*
(5) 合辦戶外教學	3.615	0.649	5.151	11.541**	7.868*
(6) 合辦營養午餐	1.577	0.859	6.319	3.270	2.561
(7) 合辦學生課輔活動	1.540	1.165	5.467	.086	.429
5.場地設備相互支援策略					
(1) 訂定圖書巡迴借閱手續	4.194	3.199	2.886	.179	1.865
(2) 訂定場地設備借用辦法	5.704	1.428	2.756	.122	.989
(3) 架設學校場地資訊平台	6.353	1.040	6.931	.758	2.734

\* $p<.05$  \*\* $p<.01$  \*\*\* $p<.001$  ns 未達顯著水準

## 伍、結論與建議

依據本研究的問卷資料分析、研究結果，參酌相關文獻，進而歸納出各項結論，據以提出建議，作為推動高雄市偏遠地區學校教育資源共享可行策略及未來研究之參考。

### 一、結論

(一) 高雄市偏遠地區學校現有教育資源，以活動經費的滿意度最高，中央廚房最感不足

本研究發現，高雄市偏遠地區學校專任人員一致認為活動經費最為足夠，其次為教職宿舍與社區人力資源。但在專任行政人力、專任教師、圖書、場地設備、自編教材、

中央廚房等方面均感到不足；尤其中央廚房設備，感到最為不足。

不同職務、學歷之專任人員對於各項資源之現況滿意度意見相當一致，但不同服務年資專任人員對社區人力資源、不同學校所在地專任人員對中廚房與教職宿舍、不同學校規模專任人員對專任行政、圖書、中央廚房、自編教材、教職宿舍等資源之滿意度有差異。

## **(二) 高雄市偏遠地區學校現有教育資源共享意願，以教職宿舍最高，場地設備最低**

本研究發現，高雄市偏遠地區學校專任人員對教職宿舍共享意願最高，其次為專任教師人力、專任行政人力與中央廚房設備。但在社區人力、活動經費、圖書、場地設備、自編教材等方面均意願不高；尤其場地設備資源，最不願意與他校共享。

不同服務年資之專任人對各項資源與他校共享之意願相當一致，但不同職務專任人員對專任教師資源、不同學歷專任人員對活動經費與場地設備、不同學校所在地對專任行政與教職宿舍、不同學校規模專任人員對圖書、中央廚房、自編教材、教職宿舍等資源與他校共享之意願有差異。

## **(三) 高雄市偏遠地區學校教育資源共享有以下11項可行策略**

本研究發現，校際間教育資源共享可歸納為以下三方面11項可行策略，其中聯合鄰近學校行政人員、專長師資、專長志工之人力資源，相互支援，可讓人力資源充分運用，發揮人盡其才之效能；此外，聯合鄰近學校共同申請經費、規劃親師生之教育活動，可讓經費資源發揮最大效益；瞭解鄰近學校之場地設備，訂定並實施設備租借維護辦法，可讓學校設備資源共享，發揮物盡其用之效能。

### **1.行政人力資源方面**

最為可行之策略包括：建立支援機制、合聘專任行政人員。

### **2.師資人力資源方面**

最為可行之策略包括：合辦教師研習、建立教師專長資料庫、建立專長教師支援授課機制。

### **3.社區人力資源方面**

最為可行之策略包括：建立專長志工支援服務機制、建立志工專長資料庫。

### **4.教學資源方面**

最為可行之策略包括：合辦親職教育活動、合辦師生各類競賽活動。

### **5.場地設備資源方面**

最可行之策略包括：訂定場地設備借用辦法、訂定圖書巡迴借閱手續。

## **二、建議**

### **(一) 對教育行政單位的建議**

#### **1.解決學校教育資源法令限制的問題**

本研究發現，高雄市偏遠地區學校因都屬於小型學校，各校師資與行政人力較少，專長師資尤其短缺，校際間專長教師授課之共享機制雖能解決師資不足之困境，但礙於目前尚未建立共聘教師與教師跨校授課之規定，無法付諸實行。

#### **2.建立學校教育資源共享制度**

由資料分析得知，學校專任人員對於圖書、場地設備等物力資源共享意願極低，顯



示校際間教育資源共享宜建立完善的制度，以解決設備維護管理之責任歸屬問題，進而促進參與資源共享制度之學校能互惠互助、互蒙其利。

### 3.建立完善之溝通機制、訂定學校教育資源共享之獎勵辦法

由資料分析得知，校際間之教育資源共享之意願，在九項資源中有六項資源意願低落，因此共享制度能否有效順利推展，首重觀念之溝通，瞭解資源共享之意涵與歷程，進而取得共識。因此教育行政當局應在適當時機，透過研習、會議、公文加以宣導說明，並訂定相關獎勵辦法，適時獎勵辦理績效卓著之學校。

## (二) 對學校的建議

### 1.建置校際間行政協調網絡，增進教育資源共享的可行性

研究資料顯示，校際間資源共享是否可行，取決於行政程序、維護管理、資料建檔、計畫擬定、經費申請、實施評估等行政業務的執行成效，因此，學校行政同仁要有共識，各單位間要密切聯繫，建置協調網絡，相互配合，才能達到學校資源共享之預期成效。

### 2.各校在現有教育經費下應規劃合辦教師研習

研究資料顯示，偏遠地區多數學校每校教職員約十人左右，在經費有限人員不多的情形下，聘請專家學者授課，發展教材教法，大多數教師均認為應該共享，以避免資源浪費，並可增進校際間教師的經驗交流與分享，提升教師教學效能。

### 3.各校應建立師資、志工與社區人士專長人力資料庫

調查資料顯示，偏遠地區學校因為班級數較少，社區較為偏遠，學校與社區之人力資源明顯不足。因此應詳實調查並建立專長教師、專長志工、專長社區人士之人力資料庫，整合人力資源資訊，透過整合支援方案，使其大展長才，帶動區域性之特色發展。

## 參考文獻

- 王文君 (2008)。台北縣國民小學教育資源及其運用之研究。未出版碩士論文，淡江大學教育政策與領導研究所，新北市。
- 李建興 (1995)。學校應成為社區文化堡壘。臺北：師大書苑。
- 沈詒成 (2001)。談資源利用率及提高途徑。教育與現代化，61，12-15。
- 何昕家、黃世孟 (2006)。從教育空間資源共享觀點探討相鄰學校校園規劃歷程模式之研究-以台中市新設學校為例。未出版碩士論文，高雄大學都市發展與建築研究所，高雄市。
- 吳碧霞 (2009)。南投縣原住民地區國民小學教育資源及其問題之研究。未出版碩士論文，臺中教育大學教育學系，臺中市。
- 林文正 (2001)。高雄縣偏遠地區學校資源整合之研究。未出版碩士論文，高雄師範大學教育系，高雄市。
- 林振春 (1999)。社區營造的教育策略。臺北：師大書苑。
- 姜麗娟 (1993)。中小學學校設施共享可行性之研究。高雄師範大學教育研究所碩士論文，未出版，高雄。

- 陳世聰 (2005)。金門縣國民小學教育資源整合可行性之研究。未出版碩士論文，銘傳大學公共事務學系，桃園縣。
- 許淑真 (2005)。桃園縣特殊偏遠地區學校教育資源共享之研究。未出版碩士論文，台灣師範大學教育學系，臺北市。
- 張碩玲 (2001)。台北市國民小學與社區資源共享之研究。未出版碩士論文，政治大學教育學系，臺北市。
- 黃政傑 (1996)。教育資源的理念與問題。台灣教育，528，8-14。
- 游柏芬 (1996)。嘉義地區成人教育資源整合可行途徑之研究。未出版碩士論文，中正大學成人及繼續教育所，嘉義縣。
- 廖雙玉 (2010)。臺中縣市國民小學學校教育資源運用現況與資源整合可行途徑之研究。未出版碩士論文，臺中教育大學教育學系，臺中市。
- 蘇啟昌 (2003)。澎湖縣國民小學教育資源整合之研究。未出版碩士論文，致遠管理學院教育研究所，臺南縣。
- 顧明遠 (2008)。教育大辭典。上海：上海教育出版社。
- Berliner, B. (1990). *Alternatives to school district consolidation*. Retrieved July 10, 2010, from <http://www.eric.ed.gov/PDFS/ED322612.pdf>
- Jackson, Dale R., Ed. (1990). *Rural Education in Iowa: A Collection of Papers from the Invitational Rural Education Conference*. (ERIC microfiche ED 329402).
- Monk, D. H. & Haller, E. J. (1986). *Organizational alternatives for small rural schools*. Retrieved July 10, 2010, from <http://www.eric.ed.gov/PDFS/ED281694.pdf>
- Taylor, B. E., Meyerson, J. W., & Massy, W. F. (1993). *Strategic indicators for higher education: Improving performance*. New Jersey, NJ: Perterson's Guides

## 附錄

### 高雄市偏遠地區國民中學現況

高雄市偏遠地區國民中學多位於各鄉鎮市之交通不便，文化、家長社經背景、社區資源等較不利之地區，以下係各學校規模與現況。

### 高雄市偏遠地區國中小學校名錄(國中)

序號	縣市名稱	學校代號	學校名稱	地區屬性	學校等級
1	高雄市	*124333	市立六龜高中附設國中部	特偏	附設國中
2	高雄市	*124534	市立寶來國中	特偏	國中
3	高雄市	*124537	市立甲仙國中	特偏	國中
4	高雄市	*124542	市立那瑪夏國中	特偏	國中
5	高雄市	*124547	市立茂林國中	特偏	國中
6	高雄市	*124548	市立桃源國中	特偏	國中
7	高雄市	*124508	市立潮寮國中	偏遠	國中
8	高雄市	*124510	市立溪埔國中	偏遠	國中
9	高雄市	*124517	市立永安國中	偏遠	國中
10	高雄市	*124525	市立田寮國中	偏遠	國中
11	高雄市	*124528	市立圓富國中	偏遠	國中
12	高雄市	*124529	市立大洲國中	偏遠	國中
13	高雄市	*124532	市立龍肚國中	偏遠	國中
14	高雄市	*124535	市立杉林國中	偏遠	國中
15	高雄市	*124536	市立內門國中	偏遠	國中
16	高雄市	*124538	市立中芸國中	偏遠	國中

## **A Research of Kaousiung County's Remote Junior Middle High School's Educational Resources, Current Status and Sharing Strategies**

**Wen-Lin Wang<sup>1</sup>, Zhi-Ming Chen<sup>2</sup>, Shueh-Feng Hung<sup>3</sup>, Guo-Hong Gu<sup>2</sup>, Shen-Yuan Lee<sup>2</sup>**

<sup>1</sup>Kaousiung Municipal Xiaogang Junior Middle High School

<sup>2</sup>Department of Recreation Sports and Health Promotion, Meiho University

<sup>3</sup>Department of Beauty Science, Meiho University

### **Abstract**

This research is aim for investigating Kauosiung County's remote Junior Middle High schools educators' satisfactory level toward current education resources, along with their inclination of sharing with other schools and discussion of feasible strategies of educational resource sharing. The research population are, professional educators in 16 remote public elementary schools (101 school year); random sampling 320 people as object, applying questionnaire as research method. The researcher has conducted two questionnaires: "Satisfaction and Sharing Inclination Survey of Kauosiung County's Remote Junior Middle High School School's Educational Resources" and "Feasibility of Educational Resource Sharing in Kauosiung County's Remote Junior Middle High School School" based on related documents. 320 questionnaires are sent, with 281 effective response, availability rate 87.81%, analysing method applied are frequency distribution, percentage, and chi-square test. The final analysis are: A.The educational resources in Kauosiung County's remote Junior Middle High schools are insufficientt. "Expenditure for activities" gains the highest satisfaction while "Facilities for central kitchen" the lowest. B.The inclination for sharing educational resources in Kauosiung County's remote schools: "Staff dormitory" gains the highest while "activity facilities" lowest. C.The educational resources, which is possible for sharing in Kauosiung County's remote Junior Middle School schools, can be categorized in five content with eleven feasible strategies: a.Administrative human resources: the establishment of supporting system, co-hire of specialized administrative staff. b.Educators human resource:s Co-conduct of teachers' workshops, establish database for teachers with professional specialty, establish the supporting teaching system for specific subject. c.Community human resource: Establish specialized volunteer supporting system, establish database for specialized volunteers. d.Educational resources: Co-conduct parental education activities, co-conduct competitive activities. e.Activity facility resources: Establish terms for facility borrowing, establish terms for book tour.

**Keywords:** Remote area, Education resources, Resource sharing

## 遊客對高雄市橋頭糖廠滿意度之研究

林紀玲

大仁科技大學休閒運動管理系

### 摘要

本研究目的為探究不同性別、年齡、教育程度、職業、月收入、婚姻狀況等變項的遊客其滿意度的差異情形。以 2013 年 3-4 月前往高雄市橋頭糖廠的 148 位遊客為研究對象。研究工具：為自編之滿意度問卷。資料分析以描述性統計、獨立樣本 t 考驗、單因子變異數分析等統計方法進行分析。結果發現：1.不同性別、年齡、教育程度、職業、婚姻狀況的遊客，其各因素之滿意度差異均未達顯著水準。2.不同月收入的遊客，其個人需求因素方面滿意度差異達顯著水準。3.男性遊客在販賣的冰品價格合理化滿意度顯著高於女性。4.不同年齡與職業在得到心情上愉悅的滿意度差異達顯著水準。5.不同職業在放鬆感覺的滿意度差異達顯著水準。6.不同年齡與月收入在路線規畫的滿意度差異達顯著水準。7.不同婚姻狀況在彩繪 DIY 價格合理化的滿意度差異達顯著水準。期望本研究結果能作為橋頭糖廠以及其它相關休閒產業未來經營管理的參考依據。

**關鍵詞：**休閒產業、糖廠、滿意度

## 壹、緒論

糖業為高雄縣早期相當重要的地方產業，更是許多南部人吃冰棒、坐小火車上學的甜蜜記憶，具有特殊的糖業文化背景與地方文化；而橋頭糖廠是台灣由人力製糖進入現代化機械製糖的第一座糖廠，具有相當重要的象徵意義（無名氏，2013）。近年來由於國內經濟結構轉變，糖業在整個經濟比重上逐年降低。台糖公司於2003年底至2004年初，依產品屬性區分為砂糖、量販、生物科技、精緻農業、畜殖、油品、休閒遊憩以及商品行銷等八個事業部，另在總管理處轄下設有土地開發與資產營運，未來台糖土地將以只租不售為主（台灣糖業股份有限公司，2012）。因此，近年來台糖公司在內部政策指引與外部環境衝擊之下，積極拓展多角化經營，正朝向產業調整的方向前進，如生物科技事業、休閒遊憩事業及其他產業等方面發展。目前台糖公司企業轉型中，各休閒遊憩事業部門積極拓展多角化經營的現況，其中包含觀光糖廠等多角化產業經營（魏源金，2004）。

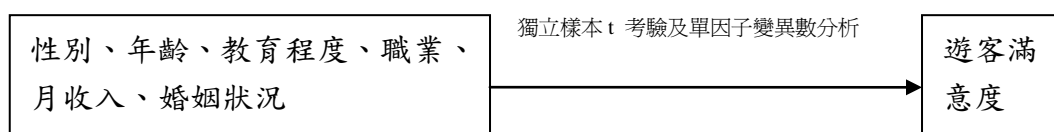
Cardozo(1965)認為在某一特定的場合、時機或特定使用情境下，顧客對購買產品所犧牲的成本以及獲得產品報酬後的認知狀態，當認知到報酬比犧牲的成本高，則會形成滿意，反之則不滿意。滿意指的是產品或服務符合或超出原先預期的一種感覺(Lamb, Hair, & McDaniel,2004)。蔡伯勳（1986）認為滿意度是由個人認知所獲得的結果和他想要或想像應得結果間的差異而定。胡文聰（2004）認為滿意度是一種感覺或態度，是願望和需求的達成。Churchill and Surprenant (1982)的研究發現滿意度是當行前期望與知覺績效相同時，消費者獲得期望與實際一致的感覺。顧客滿意度是指顧客感覺和評價消費經驗的過程，顧客滿意度是顧客需求是否滿足的一種界定尺度，當顧客需求被滿足時，顧客便體驗到一種積極的情緒反應，這就是滿意（王作成、何曉群，2004）。顧客滿意度就是服務人員與顧客間的互動越順利越能提高顧客滿意度(曾光華，2004)。Flott(2003)進一步指出滿意度是購買期望與購後感受得比較結果，經主觀評估所產生的正向或負向感受。Kim, Park and Jeong(2004)的研究中則認為滿意度是顧客滿意的狀況與判斷滿意的層次。Dorfman(1979)指出滿意的體驗，因個人的偏好、期望、知覺、動機等不同而有差異，亦因各因子對該滿意體驗之貢獻強度不同而有異，使得影響需求滿意之因素更形複雜。林紀玲、鍾保明、莊慶棋、吳穌（2012）認為良好的滿意度是當顧客或消費者的需求或期望獲得滿足時，甚至超出其想像更好的結果，所產生的一種情緒反應，反之，則會產生負面的情緒反應。所以，研究者認為滿意度是一種真實的心理感受，它會因個人的偏好、期望、知覺、動機等不同而有差異，進而直接或間接反映在外在行為上，也就是說，當個人需求或期望得到滿足時，會經由認知評價的過程，做出適度的反應。

基於以上的研究背景與動機，本研究的研究目的為探究不同性別、年齡、教育程度、職業、月收入、婚姻狀況的遊客前往橋頭糖廠旅遊後滿意度的差異情形。

## 貳、研究方法

### 一、研究架構

基於本研究目的訂出以下架構（如圖一）。



圖一 研究架構圖

## 二、研究對象

本研究以 2013 年 3- 4 月前往高雄市橋頭糖廠的遊客為研究對象。以便利抽樣法進行問卷調查，問卷發放共 150 份，收回 148 份，回收率 98.7%，有效問卷 148 份，有效問卷率 100%。

## 三、研究工具

(一)問卷設計：本問卷係採自編問卷。問卷內容分為個人基本資料、滿意度(15 題)等問項，本問卷採用李克特 (Likter) 五點量表作為測量尺度，按非常不符合、不符合、尚可、符合、完全符合分別給予 1、2、3、4、5 五種分數。

(二)效度分析：本研究先以主成份分析法(Principle components analysis)，取出特徵值(Eigenvalue)大於 1 的因素 (李金泉，1992)，再以斜交轉軸法(oblimin rotation)轉軸，刪除因素負荷量(Factor loading)小於 0.40 的題目。

滿意度分析：15 題題目的負荷量均大於 0.40，故保留原 15 題題目，依各因素內容與特性，命名為「個人需求」(特徵值 4.75、解釋變異量 31.66%)、「教育環境」(特徵值 1.54、解釋變異量 10.29%)、「場地規劃」(特徵值 1.00、解釋變異量 9.99%)、「服務與收費」(特徵值 1.26、解釋變異量 8.39%) 四個因素，解釋變異量累積為 60.33%。

### (三)信度分析

本研究滿意度整體得  $\alpha$  值為 0.840，「個人需求」因素得  $\alpha$  值為 0.821、「教育環境」因素得  $\alpha$  值為 0.697、「場地規劃」因素得  $\alpha$  值為 0.693、「服務與收費」因素得  $\alpha$  值為 0.665。顯示本問卷的內部一致性信度很高。

四、資料分析與處理：本研究以描述性統計、獨立樣本 t 考驗、單因子變異數分析來驗證。統計考驗顯著水準訂為  $\alpha=0.05$ 。

## 叁、結果分析

### 一、不同變項的消費者其滿意度之差異情形

#### (一)性別

由表 3-1 的結果得知，男女在整體、個人需求、教育環境、場地規劃、服務與收費等方面的滿意度差異均未達顯著水準，顯示男性與女性遊客的滿意度無差異存在。男性與女性的滿意度平均數均在 3.32 以上，顯見男女性對橋頭糖廠的滿意度在中等程度以上。Cardozo(1965)認為在某一特定的場合、時機或特定使用情境下，顧客對購買產品所犧牲的成本以及獲得產品報酬後的認知狀態，當認知到報酬比犧牲的成本高，則會形成滿意，反之則不滿意。但由各細格的平均數結果來看，僅在教育環境方面女性的滿意度

較高於男性。Dorfman(1979)指出滿意的體驗，因個人的偏好、期望、知覺、動機等不同而有差異，亦因各因子對該滿意體驗之貢獻強度不同而有異，使得影響需求滿意之因素更形複雜。本結果與其相呼應。

表 3-1 不同性別滿意度 t 考驗分析摘要表

變項	性別	個數	平均數	標準差	t 值	p 值
整體	男	73	3.74	0.44	1.28	.203
	女	75	3.65	0.41		
個人需求	男	73	3.93	0.61	1.96	.052
	女	75	3.74	0.55		
教育環境	男	73	3.71	0.58	-0.45	.657
	女	75	3.75	0.58		
場地規劃	男	73	3.70	0.56	0.09	.929
	女	75	3.69	0.72		
服務與收費	男	73	3.43	0.61	1.15	.252
	女	75	3.32	0.54		

由表 3-1-1 的結果顯示，在個別題項方面的差異情形得知，男性遊客對橋頭糖廠內冰品販賣價格的滿意度顯著高於女性。顯而易見，滿意度會依照個人性別產生顯著的差異。此與 Dorfman(1979)指出滿意的體驗，因個人的偏好、期望、知覺、動機等不同而有差異，亦因各因子對該滿意體驗之貢獻強度不同而有異的結果相符。

表 3-1-1 不同性別個別題項滿意度 t 考驗分析摘要表

變項	性別	個數	平均數	標準差	t 值	p 值
園區內販賣的冰品價格合理嗎	男	73	4.05	0.85	2.43*	.016
	女	75	3.73	0.76		

\* $p < .05$

## (二)年齡

由表 3-2 的結果得知，不同年齡的遊客其滿意度差異均未達顯著水準，但由各細格平均數的結果得知，15-25 歲的整體滿意度最低，但平均數也高達 3.68，顯示，不同年齡的遊客均具有較高的滿意度。尤其在 36-45 歲遊客個人需求方面，滿意度竟高達 4.10，顯而易見，當行前期望與知覺績效相同時，消費者獲得期望與實際一致的感覺，則其滿意度將會提升。本研究結果與 Churchill and Surprenant (1982)的研究發現一致。

表 3-2 不同年齡滿意度之單因子變異數分析摘要表

變項	年齡	個數	平均數	標準差	F 值	p 值
整體	(1)15-25	57	3.68	0.39	1.30	.277
	(2)26-35	44	3.73	0.52		
	(3)36-54	26	3.77	0.32		
	(4)45 以上	21	3.59	0.43		
個人需求	(1)15-25	57	3.73	0.50	0.88	.456
	(2)26-35	44	3.82	0.66		
	(3)36-54	26	4.10	0.50		
	(4)45 以上	21	3.84	0.69		



表 3-2 不同年齡滿意度之單因子變異數分析摘要表 (續)

教育環境	(1)15-25	57	3.71	0.53	0.30	.828
	(2)26-35	44	3.82	0.73		
	(3)36-54	26	3.74	0.38		
	(4)45 以上	21	3.58	0.54		
場地規劃	(1)15-25	57	3.73	0.70	1.24	.299
	(2)26-35	44	3.83	0.64		
	(3)36-54	26	3.60	0.55		
	(4)45 以上	21	3.46	0.54		
服務與收費	(1)15-25	57	3.48	0.59	0.90	.443
	(2)26-35	44	3.35	0.64		
	(3)36-54	26	3.31	0.50		
	(4)45 以上	21	3.23	0.47		

由表 3-2-1 的結果顯示，在個別題項方面的差異情形得知，15-25 歲的遊客對橋頭糖廠內休閒路線規畫的滿意度顯著高於 45 歲以上者；36-45 歲的遊客對遊園後能得到心情上的愉悅滿意度顯著高於 15-25 歲者。顯而易見，滿意度會依照個人年齡產生顯著的差異。本結果與 Dorfman(1979)指出滿意的體驗，因個人的偏好、期望、知覺、動機等不同而有差異，亦因各因子對該滿意體驗之貢獻強度不同而有異的結果相符。

表 3-2-1 不同年齡個別題項滿意度之單因子變異數分析摘要表

變項	年齡	個數	平均數	標準差	F 值	p 值	事後比較
園區休閒路線規畫你滿意嗎	(1)15-25	57	3.74	0.90	3.07*	.030	1>4
	(2)26-35	44	3.64	0.89			
	(3)36-54	26	3.38	1.17			
	(4)45 以上	21	3.04	0.92			
遊園後能得到心情上的愉悅	(1)15-25	57	3.77	0.78	3.15*	.027	3>1
	(2)26-35	44	4.02	0.79			
	(3)36-54	26	4.30	0.62			
	(4)45 以上	21	3.90	0.77			

\* $p < .05$

### (三)教育程度

由表 3-3 的結果得知，不同教育程度的遊客其滿意度差異均未達顯著水準，但由各細格平均數的結果得知，研究所以教育程度的遊客僅在服務與收費方面的滿意度較低，其餘滿意度均較高，顯示，研究所以教育程度對橋頭糖廠的滿意度較高。Flott(2003)指出滿意度是購買期望與購後感受得比較結果，經主觀評估所產生的正向或負向感受。Kim, Park and Jeong(2004)則認為滿意度是顧客滿意的狀況與判斷滿意的層次。當顧客需求被滿足時，顧客便體驗到一種積極的情緒反應，這就是滿意。本研究結果與上述學者相符合。

表 3-3 不同教育程度滿意度之單因子變異數分析摘要表

變項	教育程度	個數	平均數	標準差	F 值	p 值
整體	(1)國中(含)以下	9	3.64	0.41	1.36	.252
	(2)高中職	42	3.67	0.44		
	(3)專科	20	3.65	0.45		
	(4)大學	62	3.71	0.43		
	(5)研究所	15	3.80	0.43		
個人需求	(1)國中(含)以下	9	3.77	0.50	0.98	.422
	(2)高中職	42	3.76	0.59		
	(3)專科	20	3.80	0.59		
	(4)大學	62	3.86	0.58		
	(5)研究所	15	4.05	0.69		
教育環境	(1)國中(含)以下	9	3.70	0.75	2.31	.060
	(2)高中職	42	3.72	0.53		
	(3)專科	20	3.73	0.60		
	(4)大學	62	3.72	0.61		
	(5)研究所	15	3.82	0.46		
場地規劃	(1)國中(含)以下	9	3.63	0.75	1.10	.361
	(2)高中職	42	3.73	0.65		
	(3)專科	20	3.78	0.57		
	(4)大學	62	3.62	0.63		
	(5)研究所	15	3.84	0.74		
服務與收費	(1)國中(含)以下	9	3.33	0.57	0.63	.642
	(2)高中職	42	3.38	0.57		
	(3)專科	20	3.13	0.51		
	(4)大學	62	3.51	0.62		
	(5)研究所	15	3.22	0.41		

由表 3-3-1 的結果顯示，不同教育程度滿意度在個別題項中彩繪 DIY 價格合理滿意度的差異達顯著水準。但經雪費法事後比較結果顯示，不同教育程度在彩繪 DIY 價格合理滿意度無顯著差異存在。本結果顯示在彩繪 DIY 價格合理的滿意度雖會依照個人教育程度而有差異存在，但卻不顯著。顯見個人因各因子對該滿意體驗之貢獻強度不同而有異，使得影響需求滿意之因素更形複雜。此與 Dorfman (1979) 的結果略有相符。

表 3-3-1 不同教育程度滿意度之單因子變異數分析摘要表

變項	教育程度	個數	平均數	標準差	F 值	p 值	事後比較
彩繪DIY價格合理你滿意嗎？	(1)國中(含)以下	9	3.22	0.83	2.66*	.035	無
	(2)高中職	42	3.26	0.70			
	(3)專科	20	2.80	0.89			
	(4)大學	62	3.40	0.79			
	(5)研究所	15	3.00	0.65			

\* $p < .05$

#### (四)職業

由表 3-4 的結果得知，不同職業的遊客其滿意度差異均未達顯著水準，但由各細格平均數的結果得知，雖然，農林漁牧業遊客的滿意度較高(M=3.74)，但其它職業的遊客亦有 3.48 的滿意度，顯示不論何種職業，均對橋頭糖廠給予較高度肯定。而在個人需求

方面，軍公教(M=4.01)與農林漁牧(M=4.07)兩職業類別均有較高的滿意度。蔡伯勳(1986)認為滿意度是由個人認知所獲得的結果和他想要或想像應得結果間的差異而定。又如林紀玲、鍾保明、莊慶棋、吳穌(2012)認為良好的滿意度是當顧客或消費者的需求或期望獲得滿足時，甚至超出其想像更好的結果，所產生的一種情緒反應。本研究結果與上述學者論點相符。

表 3-4 不同職業滿意度之單因子變異數分析摘要表

變項	職業	個數	平均數	標準差	F 值	p 值
整體	(1)軍公教	23	3.71	0.41	0.74	.564
	(2)農林漁牧	9	3.74	0.43		
	(3)工商業	54	3.71	0.47		
	(4)學生	51	3.71	0.41		
	(5)其它	11	3.48	0.33		
個人需求	(1)軍公教	23	4.01	0.57	2.33	.059
	(2)農林漁牧	9	4.07	0.63		
	(3)工商業	54	3.88	0.65		
	(4)學生	51	3.75	0.51		
	(5)其它	11	3.47	0.46		
教育環境	(1)軍公教	23	3.69	0.60	0.15	.963
	(2)農林漁牧	9	3.81	0.55		
	(3)工商業	54	3.71	0.60		
	(4)學生	51	3.77	0.54		
	(5)其它	11	3.69	0.69		
場地規劃	(1)軍公教	23	3.60	0.62	0.47	.757
	(2)農林漁牧	9	3.55	0.70		
	(3)工商業	54	3.74	0.63		
	(4)學生	51	3.75	0.65		
	(5)其它	11	3.57	0.74		
服務與收費	(1)軍公教	23	3.24	0.49	1.75	.142
	(2)農林漁牧	9	3.22	0.49		
	(3)工商業	54	3.35	0.62		
	(4)學生	51	3.54	0.58		
	(5)其它	11	3.21	0.50		

由表 3-4-1 的結果顯示，不同職業滿意度在個別題項方面的差異情形得知，從事工商業的遊客對橋頭糖廠內遊園時放鬆感覺的滿意度顯著高於其他者；從事工商業的遊客對遊園後能得到心情上的愉悅滿意度顯著高於學生與其他兩族群。顯而易見，滿意度會依照個人職業產生顯著的差異。本結果與 Dorfman(1979)指出滿意的體驗，因個人的偏好、期望、知覺、動機等不同而有差異，亦因各因子對該滿意體驗之貢獻強度不同而有異的結果相符。

表 3-4-1 不同職業滿意度之單因子變異數分析摘要表

變項	職業	個數	平均數	標準差	F 值	p 值	事後比較
遊園時會使你有放鬆的感覺嗎	(1)軍公教	23	3.96	0.64	2.98*	.021	3>5
	(2)農林漁牧	9	4.00	0.70			
	(3)工商業	54	3.93	0.91			
	(4)學生	51	3.74	0.77			
	(5)其它	11	3.09	0.54			
遊園後能得到心情上的愉悅	(1)軍公教	23	4.00	0.67	4.99*	.001	3>4.5
	(2)農林漁牧	9	4.11	0.78			
	(3)工商業	54	4.24	0.73			
	(4)學生	51	3.74	0.79			
	(5)其它	11	3.36	0.50			

\* $p < .05$ 

## (五)月收入

由表 3-5 的結果得知，不同月收入的遊客其滿意度差異僅在場地規劃方面達顯著水準，經雪費法事後比較結果得知，卻發現不同月收入未達顯著差異水準。但收入在 4-6 萬(M=4.15)及 6 萬元以上(M=4.11)的遊客，其滿意度較高。Dorfman(1979)指出滿意的體驗，因個人的偏好、期望、知覺、動機等不同而有差異。本研究結果與其相呼應。

表 3-5 不同月收入滿意度之單因子變異數分析摘要表

變項	月收入	個數	平均數	標準差	F 值	p 值	事後比較
整體	無收入	36	3.67	0.39	1.41	.233	
	2 萬以下	21	3.74	0.43			
	2 萬-4 萬	57	3.62	0.46			
	4 萬-6 萬	16	3.86	0.38			
	6 萬以上	18	3.80	0.38			
個人需求	無收入	36	3.72	0.50	2.87*	.025	無
	2 萬以下	21	3.81	0.55			
	2 萬-4 萬	57	3.75	0.64			
	4 萬-6 萬	16	4.15	0.55			
	6 萬以上	18	4.11	0.53			
教育環境	無收入	36	3.77	0.61	2.40	.053	
	2 萬以下	21	3.77	0.48			
	2 萬-4 萬	57	3.59	0.61			
	4 萬-6 萬	16	4.08	0.53			
	6 萬以上	18	3.72	0.44			
場地規劃	無收入	36	3.68	0.74	0.98	.422	
	2 萬以下	21	3.79	0.52			
	2 萬-4 萬	57	3.67	0.63			
	4 萬-6 萬	16	3.50	0.73			
	6 萬以上	18	3.90	0.52			

表 3-5 不同月收入滿意度之單因子變異數分析摘要表 (續)

	無收入	36	3.44	0.57		
	2 萬以下	21	3.55	0.68		
服務與收費	2 萬-4 萬	57	3.33	0.59	1.20	.314
	4 萬-6 萬	16	3.41	0.41		
	6 萬以上	18	3.18	0.53		

\* $p < .05$

由表 3-5-1 的結果顯示，不同月收入滿意度在個別題項方面的差異情形得知，不同收入的遊客對橋頭糖廠內販賣的冰品價格合理化、販賣的冰品口味種類、能得到心情上的愉悅、整體規劃的滿意度差異達顯著水準，經雪費法事後比較結果得知，四個個別題項的滿意度無顯著差異存在。另外，收入在 4-6 萬的遊客對休閒路線規畫滿意度顯著低於無收入、2 萬以下、2-4 萬、6 萬以上四族群。顯而易見，滿意度會依照個人收入產生顯著的差異。本結果與 Dorfman(1979)指出滿意的體驗，因個人的偏好、期望、知覺、動機等不同而有差異，亦因各因子對該滿意體驗之貢獻強度不同而有異的結果相符。

表 3-5-1 不同月收入滿意度之單因子變異數分析摘要表

變項	月收入	個數	平均數	標準差	F 值	p 值	事後比較
園區內販賣的冰 品價格合理嗎	(1)無收入	36	3.77	0.76	2.79*	.029	無
	(2)2 萬以下	21	4.04	0.74			
	(3)2 萬-4 萬	57	3.70	0.88			
	(4)4 萬-6 萬	16	4.18	0.75			
	(5)6 萬以上	18	4.27	0.66			
園區內販賣的冰 品口味種類你滿 意嗎	(1)無收入	36	3.69	0.78	3.65*	.007	無
	(2)2 萬以下	21	4.04	0.80			
	(3)2 萬-4 萬	57	3.59	0.88			
	(4)4 萬-6 萬	16	4.12	0.71			
	(5)6 萬以上	18	4.27	0.75			
園區休閒路線規 畫你滿意嗎	(1)無收入	36	3.63	0.96	7.19*	.001	1.2.3.5>4
	(2)2 萬以下	21	3.85	0.79			
	(3)2 萬-4 萬	57	3.61	0.81			
	(4)4 萬-6 萬	16	2.43	1.31			
	(5)6 萬以上	18	3.77	0.64			
遊園後能得到心 情上的愉悅	(1)無收入	36	3.75	0.80	2.55*	.042	無
	(2)2 萬以下	21	3.66	0.73			
	(3)2 萬-4 萬	57	4.08	0.76			
	(4)4 萬-6 萬	16	4.25	0.77			
	(5)6 萬以上	18	4.05	0.63			
園區整體規劃令 人滿意	(1)無收入	36	3.77	0.72	2.69*	.034	無
	(2)2 萬以下	21	3.85	0.73			
	(3)2 萬-4 萬	57	3.54	0.84			
	(4)4 萬-6 萬	16	4.18	0.65			
	(5)6 萬以上	18	3.88	0.58			

\* $p < .05$

## (六)婚姻狀況

由表 3-6 的結果得知，不同婚姻狀況的遊客其滿意度差異均未達顯著水準，但由各細格平均數的結果得知，顯示已婚與未婚遊客的滿意度無差異存在。已婚與未婚的滿意度平均數均在 3.27 以上，顯見已婚與未婚對橋頭糖廠的滿意度在中等程度以上。Kim, Park and Jeong(2004)認為滿意度是顧客滿意的狀況與判斷滿意的層次。當顧客需求被滿足時，顧客便體驗到一種積極的情緒反應，這就是滿意。本研究結果與上述學者相符合。

表 3-6 不同婚姻狀況滿意度 t 考驗分析摘要表

變項	婚姻狀況	個數	平均數	標準差	t 值	p 值
整體	未婚	85	3.71	0.47	0.31	.757
	已婚	63	3.68	0.36		
個人需求	未婚	85	3.79	0.59	-1.15	.251
	已婚	63	3.90	0.59		
教育環境	未婚	85	3.76	0.60	0.64	.525
	已婚	63	3.69	0.55		
場地規劃	未婚	85	3.74	0.67	0.91	.362
	已婚	63	3.64	0.60		
服務與收費	未婚	85	3.45	0.62	1.86	.065
	已婚	63	3.27	0.50		

由表 3-6-1 的結果顯示，在個別題項方面的差異情形得知，未婚遊客對橋頭糖廠內彩繪 DIY 價格合理的滿意度顯著高於已婚者。顯而易見，滿意度會依照個人婚姻狀況產生顯著的差異。此與 Dorfman(1979)指出滿意的體驗，因個人的偏好、期望、知覺、動機等不同而有差異，亦因各因子對該滿意體驗之貢獻強度不同而有異的結果相符。

表 3-6-1 不同婚姻狀況個別題項滿意度 t 考驗分析摘要表

變項	婚姻狀況	個數	平均數	標準差	t 值	p 值
彩繪DIY價格合理你滿意嗎？	未婚	85	3.35	0.83	2.28*	.027
	已婚	63	3.06	0.72		

\* $p < .05$

## 肆、結論與建議

由以上的結果分析與討論，研究者提出以下之結論。

## 一、結論

- (一)不同性別、年齡、教育程度、職業、婚姻狀況的遊客，其滿意度差異均未達顯著水準。但是，滿意度在中等程度以上。
- (二)不同月收入的遊客，其個人需求方面滿意度差異達顯著水準，且收入在在 4-6 萬及 6 萬元以上的遊客滿意度較高。
- (三)不同性別在個別題項中販賣的冰品價格合理嗎？的滿意度差異達顯著水準。男性遊客滿意度顯著高於女性。
- (四)不同年齡在個別題項中路線規畫與得到心情上愉悅的滿意度差異達顯著水準。15-25 歲的遊客對橋頭糖廠內休閒路線規畫的滿意度顯著高於 45 歲以上者；

- 36-45 歲的遊客對遊園後能得到心情上的愉悅滿意度顯著高於 15-25 歲者。
- (五)不同教育程度在個別題項中彩繪 DIY 價格合理滿意度的差異達顯著水準。
- (六)不同職業在個別題項中放鬆感覺與得到心情上愉悅的滿意度差異達顯著水準。從事工商業的遊客對橋頭糖廠內遊園時放鬆感覺的滿意度顯著高於其他者；從事工商業的遊客對遊園後能得到心情上的愉悅滿意度顯著高於學生與其他兩族群。
- (七)不同收入在個別題項中販賣的冰品價格合理化、販賣的冰品口味種類、能得到心情上的愉悅、休閒路線規畫、整體規劃的滿意度差異達顯著水準。其中收入在 4-6 萬的遊客對休閒路線規畫滿意度顯著低於無收入、2 萬以下、2-4 萬、6 萬以上四族群。
- (八)不同婚姻狀況在在個別題項中彩繪 DIY 價格合理嗎？的滿意度差異達顯著水準。未婚遊客滿意度顯著高於已婚者。

## 二、建議

- (一)前往橋頭糖廠的遊客個人需求滿意度以中高收入者較高，但在休閒路線規劃上卻最低，建議休閒路線規劃上尚須進一步完整規劃。
- (二)台糖糖廠轉型為觀光休閒產業值得肯定，但悠閒特色尚須進一步完整呈現，提升遊客的個人需求層面。
- (三)台糖糖廠多以冰品為特色，因此建議休閒商品宜多元化，以便在不同旅遊季節吸引更多廣大的群眾參與。
- (四)建議後續研究可增加樣本人數再持續探究。

## 參考文獻

- 王作成、何曉群 (2004)。揭開顧客滿意度的神秘面紗。《市場研究》，9，6-7。
- 台灣糖業股份有限公司 (2012)。《台灣糖業股份有限公司簡介》。台南市：台糖公司。
- 林紀玲、鍾保明、莊慶棋、吳穌 (2012)。法式滾球學習動機及滿意度之研究-以 2011 法式滾球研習會為例。《休閒運動保健學報》，3，1-11。
- 胡文聰 (2004)。《宜蘭縣國小五年級學童心理健康和健康與體育領域學習滿意度調查》。未出版之碩士論文，國立臺北師範學院，臺北市。
- 曾光華 (2004)。《行銷管理：理論解析與實務應用》。台北市：前程。
- 無名氏 (2013)。香貞 My home 橋頭糖廠。資料來源：2013/6/10，取自無名小站 <http://www.wretch.cc/blog/rtai1951/12411077>。
- 蔡伯勳(1986)。《遊憩需求與滿意度分析之研究—以獅頭山風景遊憩區實例調查》。未出版碩士論文，台灣大學園藝研究所，台北市。
- 魏源金(2004)。《台糖公司開發休閒產業與經營策略的時空變遷》。未出版博士論文，台灣師範大學地理研究所博士論文，台北市。
- Cardozo, R. N. (1965). An experimental study of customer effort, expectation and satisfaction. *Journal of Marketing Research*, 2, 244-249.
- Churchill, G. A. Jr., and Surprenant, C. (1982). An investigation into the determinants of customer satisfaction. *Journal of Marketing Research*, 19, 491-504.
- Dorfman, P.W. (1979). Measurement and meaning of recreation satisfaction: A case study in

camping. *Environment and Behavior*, 11(4), 483-510.

Flott, L. W. (2002). Customer satisfaction. *Metal Finishing*, 100, 59-60.

Kim, M. K., M. C. Park, and D. H. Jeong. (2004). The effects of customer satisfaction and switching barrier on customer loyalty in Korean Mobile telecommunication Service. *Telecommunications Policy*, 28, 145-159.

Lamb, C. W., Hair, J. F., & McDaniel, C. (2004). *Essentials of Marketing*. New York: Wordsworth.



## **Tourists Satisfaction of Ciaotou Sugar Refinery**

**Chi-Ling Lin**

Department of Recreation Sports Management, TaJen University

### **Abstract**

The purpose of this study is to explore the differences of tourists' satisfaction with their gender, age, education, occupation, income and marital status. 148 valid questionnaires were collected from Ciaotou sugar Refinery. Descriptive statistics, t-test, one-way ANOVA statistical method utilised for analysis. Results showed that: 1. Tourists' satisfaction was no difference with their gender, age, education, occupation, marital status. 2. Individual needs factor of satisfaction found different with tourist income. 3. Male tourists were more satisfaction than female tourists in the icecream selling price. 4. Different age categories and different occupation categories showed different pleasure level of satisfaction. 5. Different occupation categories showed different feeling of relaxation level of satisfaction. 6. Different age categories and different income categories showed different route planning of the satisfaction. 7. Different marital categories showed different painting DIY price level of satisfaction. Practical implications were suggested.

**Keywords:** Leisure industry, Sugar refinery, Satisfaction

## 運動介入對高齡者功能性體適能影響之研究

蘇蕙芬<sup>1</sup>、蔡永川<sup>2</sup>

<sup>1</sup>國立屏東科技大學休閒運動保健系

<sup>2</sup>美和科技大學休閒運動保健系

### 摘要

研究背景：由於醫療水準快速提升，使得人類的壽命持續的延長，人口高齡化的問題更是日趨嚴重。規律運動可以維持或增進功能性體適能，延緩老化甚至逆轉老化所造成的衰弱。研究目的：針對運動介入對高齡者功能性體適能影響之研究。研究方法：分為實驗組 62 人與控制組 80 人二組，共 142 人，平均 84.56 歲。所有受試者皆接受功能性體適能的前後測，實驗組進行十二週運動介入，控制組則維持正常作息。資料分析：以描述性統計、獨立樣本單因子共變數分析、獨立樣本 t 考驗進行分析，考驗水準  $\alpha < .05$ 。研究結果：實驗組功能性體適能改善程度皆顯著優於控制組。結論：一、高齡者之功能性體適能，會因運動介入而達到提升或是維持的效果。二、高齡者之功能性體適能，若無運動介入，會產生衰退現象。建議：一、高齡者：本身應注重運動對個人生理及心理產生的效益。二、學術機構：審視教育內容是否涵蓋高齡運動課程或高齡身體功能評估之課程。三、中央行政機關：應鼓勵所屬或是合作委託單位，將規律運動介入課程，排入其所轄之社區健康營造中心、社區活動中心等。四、私產業：應辦理高齡運動指導員及評估員之證照認證考試，透過證照的核發，篩選優良合格運動指導員，增加高齡運動指導員之人力需求並提高服務品質。

**關鍵詞：**高齡者、運動介入、功能性體適能

## 壹、緒論

### 一、研究背景與動機

我國人口結構變遷呈現「先快速少子女化，再快速高齡化」特色，整體平均壽命延長，生育率急遽下降，六十五歲以上的人口，於 1993 年九月已達 147 萬餘人，佔總人口的 7%，正式邁入世界衛生組織（WHO）所界定的「高齡化社會」（aging society）的標準，截至 2010 年底我國高齡人口已達 10.7%，人數超過 248 萬人，行政院經濟建設委員會預估未來 65 歲以上人口將於 2017 年超過 14%，正式進入高齡社會（aged society），於 2025 年再增加為 20%，約有 481 萬餘人，邁入所謂的超高齡社會（行政院經建設委員會，2011）。人口老化是世界各國共同面臨的變遷經驗，惟各國的老化速度與經驗不盡相同，相較於歐美先進國家有 50-100 年的時間因應準備，而我國由高齡化社會邁入高齡社會僅約 24 年左右，由高齡社會轉變為超高齡社會更縮短為 8 年，顯示我國人口老化的歷程將愈來愈快；至 2060 年，老年人口預估有 784 萬人，占總人口比率將達 41.6%（行政院經建設委員會，2011）。

運動的參與與適當的身體活動是健康老化的重要一環（Kolt, Driver & Giles, 2004）。在老化的過程中，規律運動可以維持或增進身體活動量和功能性體適能，在老年期的後期，增加身體活動量除了可以改善功能性體適能（肌力、心肺耐力等）外，亦可以改善功能性活動能力（走路、爬樓梯等），經由提高身體活動量與體適能水準，延緩老化甚至逆轉老化所造成的衰弱（Rikli & Jones, 2001），進而促進身體功能並維持獨立性（Huddleston, 2002），提高老年人的生活品質。

老化會減少腦神經傳導物質分泌量，進而影響老年人的動作協調功能和情緒的狀態（卓良珍，1990），例如多巴胺（dopamine）的減少會導致動作協調能力退化，身體僵硬、行動遲緩、心情低落和情緒控制力下降，腎上腺素（norepinephrine）的分泌下降會影響老年人的反應、警覺性、敏捷性和應付突如其來的環境改變，而血清素（serotonin）和乙醯膽鹼（acetylcholine）分泌的減少則對情緒和記憶力有負面的影響，但是適量的有氧運動加上均衡飲食和適當的光照則可以促使上述腦神經傳導物質分泌正常，讓老年人保持身心的健康與平衡，因此，在高齡者的健康促進方案中，運動介入是不可或缺的重要一環。

不論是健康的高齡者或是衰弱的老年人，從事安全的肌力運動訓練可以提升其肌肉力量與肌肉質量（陳采妏、陳慶餘、胡名霞，2012；廖子喬，2009）（Kalapotharakos et al., 2004）、增加日常生活基本能力、提高生活品質、增加基礎代謝率與活動代謝率、維持良好的身體組成以、增加身體的活動量（Hunter, McCarthy & Bamman, 2004）以及提高老人在日常生活時從事活動的信心，對高齡者的生理與心理健康都有正向的影響（Gardner, Robertson & Campbell, 2000; Robertson, Campbell, Gardner & Devlin, 2002）。與一般人健康有關的體適能稱為「健康體適能」，而與促進老人健康相關的體適能則是「功能性體適能」。老年人的功能性體適能可以決定老人是否可以獨立自理日常生活功

能的基本身體活動能力，例如輕鬆的爬樓梯、散步走路、沐浴更衣、自理膳食、購物甚至靈活運用輪椅（李淑芳、劉淑燕，2008）。功能性體適能的八大要素有肌肉力量、肌肉耐力、心肺耐力、身體柔軟度、平衡能力、協調能力、反應時間與身體組成（Brill, 2004）。只要老年人能耐心的從事功能性體適能的運動一段時間，不論在身體、心理、認知、人際關係、經濟與社區效益等六大方面均能獲得實質的改善與成效。以身體層面的效益為例，Brill 於 2004 年的研究發現，老年人從事功能性體適能可以維持肌力、增強肌耐力與提升身體平衡感，此結果將會明顯降低老年人跌倒的發生率。美國運動醫學會與美國心臟學會的專家小組也一再推薦老年人一週至少要從事兩次以上的肌力訓練，以維持或增強肌力與肌耐力（Nelson et al., 2007），因為肌力與肌耐力是老年人最需要的功能性體適能（Brill, 2004）。功能性體適能是一個生理的預測因子或是運動的結果。良好的功能性體適能對於健康的老化是很重要的，運動的參與與適當的身體活動也是健康老化的重要一環（Kolt et al., 2004）。在老化的過程中，規律運動可以維持或增進身體活動量和功能性體適能，在老年期的後期，增加身體活動量除了可以改善功能性體適能（肌力、心肺耐力等）外，亦可以改善功能性活動能力（走路、爬樓梯等），經由提高身體活動量與體適能水準，延緩老化甚至逆轉老化所造成的衰弱（Rikli & Jones, 2001），進而促進身體功能並維持獨立性（Huddleston, 2002），提高老年人的生活品質。老年人的肌力訓練可以增加日常生活基本能力、提高生活品質、增加基礎代謝率與活動代謝率、維持良好的身體組成以及增加身體的活動量（Hunter et al., 2004）。健康老人與衰弱的老人接受阻力運動訓練是安全而有效的，可以提升其肌肉力量與肌肉質量（Kalapotharakos et al., 2004）。

功能性體適能可以增進老年人的生活功能性及延遲身體的衰弱退化，而功能性體適能測驗則可以提早發現並預防上述情形的發生，甚至可以逆轉年人失能的可能（李淑芳、劉淑燕，2008），這是以預防醫學的角度面對生理的老化。而老年人功能性體適能測驗（senior fitness test; SFT）的實施則可以提供下列的效益（Rikli & Jones, 2001）：（一）了解及預測身體功能性失調之危險；（二）提供個人化及有意義的回饋；（三）激勵老年人要設立目標；（四）計畫更有效的身體活動課程；（五）決定協助老年學員的項目及內容或轉介給醫生之必要性；（六）測驗的數據能讓業者及學者有更好的證據去推廣身體活動的效益；（七）配合體適能產業（fitness industry）在法律及專業上的要求。

因此，在歐美先進國家更將功能性體適能測驗作為老年預防醫學的重要策略（李淑芳、劉淑燕，2008），經由實際施測的結果來評估老年人身體組織的退化與功能性的限制，進而評估其由於功能性體適能衰弱所引發的風險，讓老年人自身或照顧者了解功能性體適能檢測結果的意義，藉以提高老年人的運動動機，而從事運動訓練，以積極預防的角度來因應體能衰退與老年衰弱症的發生。

## 二、研究目的

基於上述研究背景與動機的說明，本研究所欲達成的目的及依據研究目的提出下列研究問題進行探討：本研究主要在探討運動介入與否對高齡者功能性體適能表現的影響。

## 三、研究問題

依據上述研究目的，提出下列研究問題：運動介入與否是否會改善高齡者在睜眼單足立、2.44 公尺坐起繞物、五公尺行走、手握力與坐椅體前彎測驗的能力表現？

## 四、操作性名詞解釋

### (一) 高齡者

本研究所指高齡者為居住於榮譽國民之家並年滿65歲之榮民稱之。

### (二) 運動介入

本研究的運動介入是依據美國運動醫學會提出的老人功能性體適能之運動處方為課程設計方針 (Armstrong, 2006)，運動頻率為每週二天，運動強度以Borg運動自覺努力量表測量，目標強度在中等強度，範圍在4-6代謝當量 (METs)，運動持續時間每次一小時，運動類型以有氧運動及肌力訓練為主。依據上述運動處方原則，本研究運動介入包括上肢、下肢肌力訓練，上肢、下肢肌耐力訓練，平衡訓練，肺活量訓練，手眼協調運動，反應訓練，柔軟度訓練等運動課程。

## 貳、研究方法

### 一、研究對象

本研究設計為「準實驗設計之不等組前後測設計 (Nonequivalent Control Group Quasi-Experimental Design)」。實驗組與控制組均接受相同的前後測。二組的受試者均為高高屏地區榮民之家、年齡 65 歲以上的榮家住民，依其意願分派為二組。受試者在接受實驗操作前，均須簽署受試者同意書，顧及高齡者本身從事運動可能會發生的風險，本研究亦取得醫生同意書同意受試者從事本研究之所有運動課程及功能性體適能測驗，並備有運動過程緊急就醫處理方案。

### 二、研究架構及流程

本研究之研究架構圖，如下圖 1。

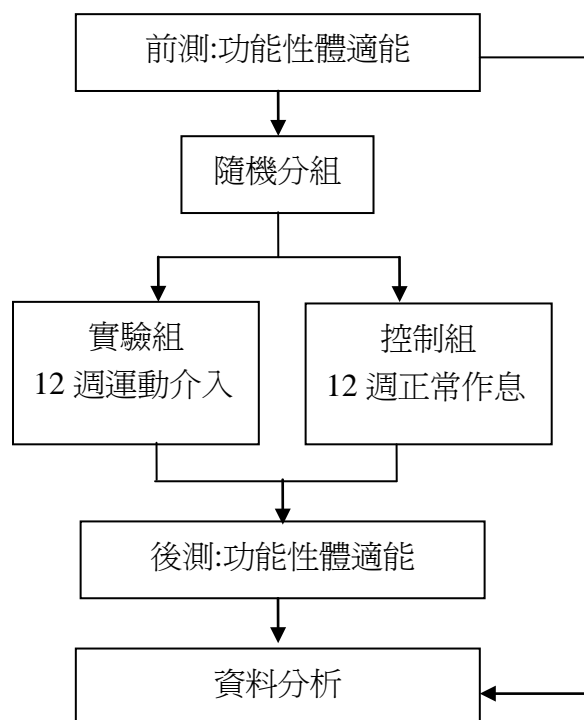


圖 1 研究架構及流程圖

### 三、研究假設

為探究實驗處理之成效，待答問題之研究假設加以說明如下。

假設 1：運動介入前後，高齡者之功能性體適能表現有顯著差異。

假設 1-1：運動介入前後，高齡者之睜眼單足立表現有顯著差異。

假設 1-2：運動介入前後，高齡者之五公尺行走表現有顯著差異。

假設 1-3：運動介入前後，高齡者之 2.44 公尺坐起繞物表現有顯著差異。

假設 1-4：運動介入前後，高齡者之手握力測驗表現有顯著差異。

假設 1-5：運動介入前後，高齡者之坐椅體前表現有顯著差異。

### 四、研究工具

本研究中功能性體適能測驗 (Functional Fitness Test, FFT) 項目共計有五項，檢測項目之信度同時顯示如下：

(一)睜眼單足立 (one-leg standing with eyes open)：檢測靜態平衡 (信度：.73~.80) (Mazaheri, Salavati, Negahban & Parnianpour, 2010)。

(二)2.44公尺坐起繞物 (8-ft up-and-go)：測敏捷性與動態平衡 (信度：.95) (Rikli & Jones, 2001)。

(三)五公尺行走 (five-meter walk)：檢測走路速度 (信度：.89) (Steffen, Hacker & Mollinger, 2002)。

(四)手握力測驗 (handgrip strength)：檢測上肢肌力 (信度：.985) (王艷萍 et al., 2009)。

(五)坐椅體前彎 (chair sit-and-reach)：檢測下肢柔軟度 (信度：.953) (Rikli & Jones,

2001)。測驗的執行須有受過相關訓練並有實際執行施測經驗之人員進行測驗，測驗須兼顧受測者之安全保護與檢測之準確性為依歸。

## 五、實施步驟

本研究以運動介入評估對高齡榮家住民身心的影響，並以實際測驗進行功能性體適能測驗的評估，實施步驟說明如下：

### (一) 功能性體適能測驗

本研究功能性體適能測驗共有睜眼單足立、2.44公尺坐起繞物、五公尺行走、手握力測驗及坐椅體前彎等五項。測驗當天請受試者穿著舒適之運動衣褲，並由有經驗之運動指導員帶領受試者進行5-10分鐘的暖身操，並示範講解測驗的動作內容及流程，測驗順序依序為睜眼單足立、五公尺行走、2.44公尺坐起繞物、手握力測驗及坐椅體前彎，各項測驗分述如下：

#### 1. 睜眼單足立

目的：靜態平衡的測量，以評估平常身體靜態的穩定能力。

工具：碼錶。

步驟：(1)雙腳站立於堅硬平坦之地面，準備好時將一隻腳離開地面，雙手不可觸摸牆壁或物品，可打開協助維持平衡或自然下垂。  
(2)開始計時直到身體失去平衡，手、腳或身體任一部位觸碰地面或牆壁為止，測驗二次取最佳值。

#### 2. 五公尺行走

目的：下半身肌力與協調性的評估，以了解是否有完成一些日常生活功能的能力，如：過斑馬線及逛街採購。

工具：碼錶、三角錐。

步驟：於直線五公尺距離的兩端放置三角錐，受測者由一端開始快步行走至另一端，並紀錄完成的時間，測驗二次取最佳值。

備註：鼓勵受試者以最快速度完成，通過終點即可，無需停在終點處。

#### 3. 2.44 公尺坐起繞物

目的：敏捷性與動態平衡之測量，這能力對於快速活動很重要，如：走路時避開危險事物、上下公共汽車、上洗手間或接聽電話等。

工具：折疊椅、三角錐。

步驟：從坐在椅子上開始，站起走到距離 2.44 公尺處的三角錐，繞一圈走回原來的椅子上坐好。計算完成整體動作所需時間，測驗二次取最佳值。

#### 4.手握力測驗

目的：上肢肌力、握力的評估，以了解是否能力完成家庭事務，如：抱孫子、提菜籃、搬動植物等。

工具：握力計。

步驟：慣用手握住握力計，手臂自然下垂，深吸一口氣，吐氣慣用手用力下握握力計，讀出讀數，測二次取最大值。

#### 5.坐椅體前彎

目的：下半身柔軟度之測量，評估維持良好的身體姿態、正常的步態及日常生活功能，如走路能保持正確身體姿勢的能力。

工具：折疊椅高度 17 吋 (43.18 公分)、量尺。

步驟：坐在椅子前方，一腳向前伸展、腳掌向上勾起，雙手中指互疊向前伸展觸摸腳趾，測量手掌中指與腳趾之間的距離，測驗二次取最佳值。

#### (二)運動介入課程

本運動介入課程以促進上肢、下肢肌力、手握力、靜態平衡、敏捷性/動態平衡與身體柔軟度等功能性體適能為目標。運動介入的課程是依據美國運動醫學會提出的老人功能性體適能之運動處方為課程設計方針 (Armstrong, 2006)，運動頻率為每週二天，運動強度以 Borg 運動自覺努力量表測量，目標強度在中等強度，範圍在 4-6 代謝當量 (METs)，運動持續時間每次一小時，運動類型以有氧運動為主，運動介入課程為期十二週，課程設計包括暖身運動 10~15 分鐘、主運動 30~40 分鐘以及緩和運動 10~15 分鐘。

由於本研究受試者屬於高高齡又有許多衰弱者，平時大部分的受試者會以輪椅或助行器輔助行走，因此考量降低受試者的心理障礙與提高其參與動機，乃將十二週的課程分為三階段進行，第一階段（第一~四週）以坐椅訓練為主，大部分課程皆在坐椅上進行，第二階段（第五~八週）課程的進行方式為坐椅與站立各半的形式，第三階段（第九~十二週）則主要以站立的形式進行運動課程的訓練。



十二週運動課程大綱進度設計如下表 1 所示：

表 1 十二週運動課程設計

運動流程	頻率	強度	類型	持續時間	器材
暖身運動	每週二次	2-3 METs	關節伸展 軀體伸展	10-15 mins	椅子
主運動		4-6 METs	有氧運動 平衡訓練 走路訓練	30-40 mins	椅子 小球 軟墊 彈力帶
肌力訓練		8-12 reps	上肢肌力 下肢肌力 軀幹肌力	10-15 mins	椅子 小球 軟墊 彈力帶
緩和運動		2-3 METs	關節伸展 軀體伸展	10-15 mins	椅子

在進行所有運動前，應先向個案說明運動時注意事項，包括：1. 有高血壓、糖尿病患者確定有按時服藥。 2. 有氣喘者請確定有帶噴劑。 3. 有其他疾病患者（如：心臟病）請確定有隨身攜帶緊急藥物。 4. 在運動中絕對不能憋氣。指導人員應在運動開始前自問卷中得知每位個案的狀況，以確保每位個案的健康與安全，並確認運動場地是否備有急救包。

#### 六、資料分析

本研究受試者之基本背景資料以描述性統計進行分析，運動介入對高齡者之功能性體適能以獨立樣本單因子共變數進行分析。統計考驗水準訂在  $\alpha=0.05$ 。

#### 參、研究結果與分析

本研究目的在探討運動介入十二週後，對高齡者功能性體適能測驗表現之影響。故本研究在運動課程介入前、後，對高齡者實施功能性體適能測驗，項目包括睜眼單足立、2.44 公尺坐起繞物、五公尺行走、手握力與坐椅體前彎等五項，針對前、後測結果以電腦套裝軟體 SPSS18.0 進行統計分析，探討運動介入對高齡者的睜眼單足立、起走測試、

五公尺走路、手握力與坐椅體前彎表現的影響。本研究在運動介入前後，分別對實驗組與控制組的高齡者進行「睜眼單足立」、「2.44公尺坐起繞物」、「五公尺行走」、「握力」與「坐椅體前彎」測驗，並將前、後測之結果進行「獨立樣本單因子共變數分析」，以了解在排除前測的影響後，實驗組與控制組高齡者在上述五項測驗之差異。

### 一、運動介入對高齡者「睜眼單足立」測驗之影響

在運動介入對高齡者睜眼單足立測驗之影響方面，本研究以組別為自變項，共變量為高齡者「睜眼單足立前測」表現，依變項為「睜眼單足立後測」表現，進行獨立樣本單因子共變數分析，定  $\alpha=.05$  進行考驗。

表 2 為睜眼單足立前測（共變項）、後測（依變項）在不同處理水準上的描述性統計量；實驗組與控制組睜眼單足立的後測平均數分別為 12.79、7.45，標準差分別為 9.422、8.057，調整後平均數分別為 13.046、7.250。

表2 不同組別在「睜眼單足立」後測成績之描述性統計量

組別	人數	平均數	標準差	調整後平均數
實驗組	62	12.79	9.422	13.046
控制組	80	7.45	8.057	7.250

註：共變項為睜眼單足立前測成績 ( $\bar{X}_1 = 7.92$ )

進行共變數分析之前，要先檢定組內迴歸係數同質性之假定，是在考驗實驗處理組內共變項對依變項進行迴歸分析所得到的斜率是否相等，此一假設檢定分析是將共變項視為獨立的一個自變項，即考驗原分組自變項與共變項間是否有顯著的交互作用，若交互作用檢定達到顯著，表示原自變項與共變項之間有交互的影響關係，此結果違反了組內迴歸係數同質性的假定；反之，若自變項與共變項的交互作用檢定結果未達顯著，代表未違反組內迴歸係數同質性的假定。睜眼單足立測驗的組內迴歸係數同質性的檢定結果如表 3，F 值為 0.048， $p > .05$ ，未達 .05 的顯著水準，表示兩組得分之迴歸係數斜率相同，即共變項（睜眼單足立前測）與依變項（睜眼單足立後測）不會因自變項（組別）處理水準的不同而有所差異，符合共變數分析中組內迴歸係數同質性的假定，繼續進行共變數分析。

表3 睜眼單足立測驗的組內迴歸係數同質性檢定摘要表

變異來源	SS	df	MS	F
組別 * 睜眼單足立前測	1.298	1	1.298	.048
誤差	3727.413	138	27.010	

\*\*\* $p < .001$

表4為睜眼單足立測驗共變數分析結果摘要表，排除共變項對依變項的影響力後，自變項組別（實驗組與控制組）對依變項「睜眼單足立後測」所造成的實驗處理效果顯

著，組間效果項考驗的F值為43.689，顯著性機率值 $p=.000<.001$ ，達到.05的顯著水準，表示睜眼單足立後測成績的高低會因受試者所接受的實驗處理（運動介入）的不同，而有顯著的差異存在。因此本研究發現在睜眼單足立測驗結果實驗組優於控制組，二組的後測調整後平均數分別為13.046、7.250秒，表示運動介入能顯著提升高齡者的睜眼單足立測驗之表現。

表4 不同組別實驗處理在「睜眼單足立測驗」效果之共變數分析摘要表

變異來源	SS	df	MS	F	淨 $\eta^2$
共變項（睜眼單足立前測）	6814.526	1	6814.526	254.034***	.646
組間效果（組別）	1171.980	1	1171.980	43.689***	.239
組內（誤差）	3728.711	139	26.825		
總數	11541.925	141			

\*\*\* $p<.001$

## 二、運動介入對高齡者「2.44公尺坐起繞物」測驗之影響

在運動介入對高齡者 2.44 公尺坐起繞物測驗之影響方面，本研究以組別為自變項，共變量為高齡者「2.44 公尺坐起繞物前測」表現，依變項為「2.44 公尺坐起繞物後測」表現，進行獨立樣本單因子共變數分析，定  $\alpha=.05$  進行考驗。

表 5 為 2.44 公尺坐起繞物前測（共變項）、後測（依變項）在不同處理水準上的描述性統計量；實驗組與控制組 2.44 公尺坐起繞物的後測平均數分別為 15.49、15.97，標準差分別為 8.411、8.390，調整後平均數分別為 14.415、16.802 秒。

表5 不同組別在「2.44公尺坐起繞物」後測成績之描述性統計量

組別	人數	平均數	標準差	調整後平均數
實驗組	62	15.49	8.411	14.415
控制組	80	15.97	8.390	16.802

註：共變項為2.44公尺坐起繞物前測成績（ $\bar{X}_2 = 16.61$ ）

2.44 公尺坐起繞物測驗的組內迴歸係數同質性的檢定結果如表 6，F 值為 2.838， $p >.05$ ，未達.05 的顯著水準，表示兩組得分之迴歸係數斜率相同，即共變項（2.44 公尺坐起繞物前測）與依變項（2.44 公尺坐起繞物後測）不會因自變項（組別）處理水準的不同而有所差異，符合共變數分析中組內迴歸係數同質性的假定，繼續進行共變數分析。

表6 2.44公尺坐起繞物測驗的組內迴歸係數同質性檢定摘要表

變異來源	SS	df	MS	F
組別 * 2.44公尺坐起繞物前測	47.603	1	47.603	2.838
誤差	2314.931	138	16.775	

\*\*\* $p<.001$

表 7 為 2.44 公尺坐起繞物測驗共變數分析結果摘要表，排除共變項對依變項的影響力後，自變項組別（實驗組與控制組）對依變項「2.44 公尺坐起繞物後測」所造成的實驗處理效果顯著，組間效果項考驗的 F 值為 11.518，顯著性機率值  $p=.001$ ，達到 .05 的顯著水準，表示 2.44 公尺坐起繞物後測成績的高低會因受試者所接受的實驗處理（運動介入）的不同，而有顯著的差異存在。因此本研究發現在 2.44 公尺坐起繞物測驗結果實驗組優於控制組，二組的後測調整後平均數分別為 14.415、16.802 秒，表示運動介入能顯著提升高齡者的 2.44 公尺坐起繞物測驗之表現。

表7 不同組別實驗處理在「2.44公尺坐起繞物測驗」效果之共變數分析摘要表

變異來源	SS	df	MS	F	淨 $\eta^2$
共變項（2.44公尺坐起繞物前測）	7513.907	1	7513.907	442.082***	.761
組間效果（組別）	195.770	1	195.770	11.518**	.077
組內（誤差）	2362.534	139	16.997		
總數	9884.700	141			

\*\*\* $p<.001$ ，\*\* $p<.01$

### 三、運動介入對高齡者「五公尺行走」測驗之影響

在運動介入對高齡者五公尺行走測驗之影響方面，本研究以組別為自變項，共變量為高齡者「五公尺行走前測」表現，依變項為「五公尺行走後測」表現，進行獨立樣本單因子共變數分析，定  $\alpha=.05$  進行考驗。

表 8 為五公尺行走前測（共變項）、後測（依變項）在不同處理水準上的描述性統計量；實驗組與控制組五公尺行走的後測平均數分別為 0.72、0.68，標準差分別為 0.350、0.254，調整後平均數分別為 0.760、0.646。

表8 不同組別在「五公尺行走」後測成績之描述性統計量

組別	人數	平均數	標準差	調整後平均數
實驗組	62	.72	.350	.760
控制組	80	.68	.254	.646

註：共變項為五公尺行走前測成績 ( $\bar{X}_3 = .77$ )

五公尺行走測驗的組內迴歸係數同質性的檢定結果如表 9，F 值為 3.156， $p>.05$ ，未達 .05 的顯著水準，表示兩組得分之迴歸係數斜率相同，即共變項（五公尺行走前測）與依變項（五公尺行走後測）不會因自變項（組別）處理水準的不同而有所差異，符合共變數分析中組內迴歸係數同質性的假定，繼續進行共變數分析。

表9 五公尺行走測驗的組內迴歸係數同質性檢定摘要表

變異來源	SS	df	MS	F
組別 * 五公尺行走前測	.136	1	.136	3.156
誤差	5.969	138	.043	

\*\*\*p&lt;.001

表10為五公尺行走測驗共變數分析結果摘要表，排除共變項對依變項的影響力後，自變項組別（實驗組與控制組）對依變項「五公尺行走後測」所造成的實驗處理效果顯著，組間效果項考驗的F值為9.974，顯著性機率值 $p=.002<.05$ ，達到.05的顯著水準，表示五公尺行走後測成績的高低會因受試者所接受的實驗處理（運動介入）的不同，而有顯著的差異存在。因此本研究發現在五公尺行走結果實驗組優於控制組，表示運動介入能顯著提升高齡者五公尺行走的表現。

表10 不同組別實驗處理在「五公尺行走測驗」效果之共變數分析摘要表

變異來源	SS	df	MS	F	淨 $\eta^2$
共變項（五公尺行走前測）	6.464	1	6.464	147.154***	.514
組間效果（組別）	.438	1	.438	9.974**	.067
組內（誤差）	6.106	139	.044		
總數	12.631	141			

\*\*\*p&lt;.001，\*\*p&lt;.01

#### 四、運動介入對高齡者「手握力」測驗之影響

在運動介入對高齡者手握力測驗之影響方面，本研究以組別為自變項，共變量為高齡者「手握力前測」表現，依變項為「手握力後測」表現，進行獨立樣本單因子共變數分析，定 $\alpha=.05$ 進行考驗。

表11為手握力前測（共變項）、後測（依變項）在不同處理水準上的描述性統計量；實驗組與控制組手握力的後測平均數分別為28.13、21.64，標準差分別為7.082、5.514，調整後平均數分別為27.324、22.266公斤。

表11 不同組別在「手握力」後測成績之描述性統計量

組別	人數	平均數	標準差	調整後平均數
實驗組	62	28.13	7.082	27.324
控制組	80	21.64	5.514	22.266

註：共變項為手握力測驗前測成績（ $\bar{X}_4=24.16$ ）



手握力測驗的組內迴歸係數同質性的檢定結果如表 12，F 值為 0.477， $p > .05$ ，未達 .05 的顯著水準，表示兩組得分之迴歸係數斜率相同，即共變項（五公尺行走前測）與依變項（手握力後測）不會因自變項（組別）處理水準的不同而有所差異，符合共變數分析中組內迴歸係數同質性的假定，繼續進行共變數分析。

表12 手握力測驗的組內迴歸係數同質性檢定摘要表

變異來源	SS	df	MS	F
組間 *共變項（手握力前測）	2.952	1	2.952	.477
誤差	854.323	138	6.191	

\*\*\* $p < .001$

表 13 為手握力測驗共變數分析結果摘要表，排除共變項對依變項的影響力後，自變項組別（實驗組與控制組）對依變項「手握力後測」所造成的實驗處理效果顯著，組間效果項考驗的 F 值為 142.701，顯著性機率值  $p = .000 < .05$ ，達到 .05 的顯著水準，表示手握力後測成績的高低會因受試者所接受的實驗處理（運動介入）的不同，而有顯著的差異存在。因此本研究發現在手握力結果實驗組優於控制組，二組的後測調整後平均數分別為 27.324、22.266，表示運動介入能顯著提升高齡者手握力的表現。

表13 不同組別實驗處理在「手握力測驗」效果之共變數分析摘要表

變異來源	SS	df	MS	F	淨 $\eta^2$
共變項（手握力前測）	4604.266	1	4604.266	746.544***	.843
組間效果（組別）	880.099	1	880.099	142.701***	.507
組內（誤差）	857.275	139	6.167		
總數	6929.909	141			

\*\*\* $p < .001$

### 五、運動介入對高齡者「坐椅體前彎」測驗之影響

在運動介入對高齡者坐椅體前彎測驗之影響方面，本研究以組別為自變項，共變量為高齡者「坐椅體前彎前測」表現，依變項為「坐椅體前彎後測」表現，進行獨立樣本單因子共變數分析，定  $\alpha = .05$  進行考驗。

表 14 為坐椅體前彎前測（共變項）、後測（依變項）在不同處理水準上的描述性統計量；實驗組與控制組坐椅體前彎的後測平均數分別為 1.35、-7.83，標準差分別為 9.699、11.828，調整後平均數分別為 0.750、-7.359 公分。

表14 不同組別在「坐椅體前彎」後測成績之描述性統計量

組別	人數	平均數	標準差	調整後平均數
實驗組	62	1.35	9.699	.750
控制組	80	-7.83	11.828	-7.359

註：共變項為坐椅體前彎測驗前測成績 ( $\bar{X}_5 = -2.43$ )

坐椅體前彎測驗的組內迴歸係數同質性的檢定結果如表 15，F 值為 0.012， $p > .05$ ，未達 .05 的顯著水準，表示兩組得分之迴歸係數斜率相同，即共變項（坐椅體前彎前測）與依變項（坐椅體前彎後測）不會因自變項（組別）處理水準的不同而有所差異，符合共變數分析中組內迴歸係數同質性的假定，繼續進行共變數分析。

表15 坐椅體前彎測驗的組內迴歸係數同質性檢定摘要表

變異來源	SS	df	MS	F
組間 *共變項（坐椅體前彎前測）	.232	1	.232	.012
誤差	2734.412	138	19.815	

\*\*\* $p < .001$

表 16 為坐椅體前彎測驗共變數分析結果摘要表，排除共變項對依變項的影響力後，自變項組別（實驗組與控制組）對依變項「坐椅體前彎後測」所造成的實驗處理效果顯著，組間效果項考驗的 F 值為 116.406，顯著性機率值  $p = .000$ ，達到 .05 的顯著水準，表示坐椅體前彎後測成績的高低會因受試者所接受的實驗處理（運動介入）的不同，而有顯著的差異存在。因此本研究發現在坐椅體前彎結果實驗組優於控制組，二組的後測調整後平均數分別為 0.750、-7.359 公分，表示運動介入能顯著提升高齡者坐椅體前彎的表現。

表16 不同組別實驗處理在「坐椅體前彎測驗」效果之共變數分析摘要表

變異來源	SS	df	MS	F	淨 $\eta^2$
共變項（坐椅體前彎前測）	14056.185	1	14056.185	714.466***	.837
組間效果（組別）	2290.136	1	2290.136	116.406***	.456
組內（誤差）	2734.644	139	19.674		
總數	19734.092	141			

\*\*\* $p < .001$

在探討運動介入十二週後，對高齡者功能性體適能測驗（睜眼單足立、2.44 公尺坐起繞物、五公尺行走、手握力與坐椅體前彎等五項）表現之影響方面，以「獨立樣本單因子共變數分析」法進行統計分析，再排除上述五項測驗前測的影響後，探討實驗組與

控制組高齡者在睜眼單足立、2.44 公尺坐起繞物、五公尺行走、手握力與坐椅體前彎五項測驗後測之差異。結果發現實驗組與控制組二組的高齡受試者在睜眼單足立、2.44 公尺坐起繞物、五公尺行走、手握力與坐椅體前彎等五項的功能性體適能測驗皆有顯著差異，表示運動介入與否，確實會影響高齡者的睜眼單足立、2.44 公尺坐起繞物、五公尺行走、手握力與坐椅體前彎測驗之表現。這顯示有接受運動介入的高齡者的五項功能性體適能表現皆顯著優於控制組的表現。

## 肆、結論與建議

### 一、結論

運動介入對實驗組高齡者在睜眼單足立、2.44 公尺坐起繞物、5公尺行走、手握力、坐椅體前彎之表現，皆顯著優於控制組高齡者。整體而言，高齡者之功能性體適能，會因運動介入而達到提升或是維持的效果。

以高齡者而言，在睜眼單足立、2.44 公尺坐起繞物、手握力、坐椅體前彎等能力方面，因為規律三個月的運動介入，而達到顯提升的效果。而 5 公尺行走則因為規律三個月的運動介入，而達到功能維持的效果。而高齡者之功能性體適能，若無運動介入，會產生衰退的現象。其手握力、5 公尺行走、坐椅體前彎等能力，在歷經十二週無刻意安排規律運動的生活型態下，會產生顯著的退步情形。而在睜眼單足立及 2.44 公尺坐起繞物方面，則維持原狀，不會如同實驗組之高齡者，達到進步的效果。

### 二、建議

由本研究之結果得知，運動介入確實能夠提升高齡者之功能性體適能。本研究謹再針對高齡者本身、高齡者照護機構及專責單位機構，以及未來研究方向提出下列幾點建議：

#### (一)高齡者：

高齡者本身應注重運動對個人生理及心理產生的效益。由本研究之證據顯示，只要從事規律的運動，不需太高強度，依個人的能力做調整，經過長期的持續時間，健康高齡者不僅身體功能可獲得改善或維持的效果，心理健康也可以獲得正向的提升效益。

#### (二)學術機構：

各相關科系，例如成人教育系、長期照護系、老人服務事業系、護理系、體育系、休閒系等，應審視教育內容是否涵蓋高齡運動課程或高齡身體功能評估之課程。

#### (三)中央行政機關：

內政部、體育署、衛生署、社政、民政機關，應鼓勵所屬單位或是合作委託單位，是否將規律運動介入課程，排入其所轄之社區健康營造中心、社區活動中心等。唯有透過政府之組織網絡，將健康促進之政策實際規範轄下之單位，方可落實政策之執行。亦可與所在城市之社團及大專院校簽屬合作契約，由民間社團及大專院校相關科系師生，以長期駐點方式提供社區高齡民眾規律參與運動之機會，以收長期之效。



### 參考文獻

- 王艷萍、王娜、翁長水、劉立明、焦傳國、朱才興(2009)。長期臥床高齡老年人握力的重測信度。《中國康復理論與實踐》，15(3)，259-260。
- 行政院國軍退除役官兵輔導委員會(2011)。安養機構。2011年12月15日擷取自 <http://www.vac.gov.tw/home/index.asp>
- 李淑芳、劉淑燕(2008)。《老年人功能性體適能》。台北：華都文化。
- 卓良珍(1990)。《老年人的心理變化與調適(一)》。台中：台中榮民總醫院老年醫學委員會。
- 陳采妧、陳慶餘、胡名霞(2012)。運動介入對衰弱老年人健康促進之效益。《長期照護雜誌》，16(2)，107-120。
- 廖子喬(2009)。《結合有氧與阻力之循環訓練介入對安養機構之衰弱及衰弱前期高齡者之成效》。國立陽明大學物理治療暨輔助科技學系，碩士論文，未出版，台北市。
- Armstrong, L. (2006). *ACSM's guidelines for exercise testing and prescription*/American College of: Lippincott Williams & Wilkins, Philadelphia.
- Brill, P.A. (2004). *Functional fitness for older adults*. Champaign: Human Kinetics
- Gardner, M.M., Robertson, M.C., & Campbell, A.J. (2000). Exercise in preventing falls and fall related injuries in older people: a review of randomised controlled trials. *British journal of sports medicine*, 34(1), 7.
- Huddleston (Ed.). (2002). *Exercise*. St. Louis: Mosby.
- Hunter, G.R., McCarthy, J.P., & Bamman, M.M. (2004). Effects of resistance training on older adults. *Sports Medicine*, 34(5), 329-348.
- Kalopotharakos, VI, Michalopoulou, M., Godolias, G., Tokmakidis, SP, Malliou, PV, & Gourgoulis, V. (2004). The effects of high-and moderate-resistance training on muscle function in the elderly. *Journal of Aging and Physical Activity*, 12(2), 131.
- Kolt, G.S., Driver, R.P., & Giles, L.C. (2004). Why older Australians participate in exercise and sport. *Journal of Aging and Physical Activity*, 12(2), 185.
- Mazaheri, M., Salavati, M., Negahban, H., & Parnianpour, M. (2010). TEST-RETEST RELIABILITY OF POSTURAL STABILITY MEASURES DURING QUIET STANDING IN PATIENTS WITH A HISTORY OF NONSPECIFIC LOW BACK PAIN. *Biomedical Engineering-Applications Basis Communications*, 22(3), 255-262. doi: 10.4015/s1016237210001967
- Nelson, M.E., Rejeski, W.J., Blair, S.N., Duncan, P.W., Judge, J.O., King, A.C., . . . Castaneda-Sceppa, C. (2007). *Physical activity and public health in older adults. Recommendation from the American College of Sports Medicine and the American*

Heart Association. Circulation, CIRCULATIONAHA. 107.185650.

Rikli, R.E., & Jones, C.J. (2001). *Senior fitness test manual*. Champaign: Human Kinetics Publishers.

Robertson, M.C., Campbell, A.J., Gardner, M.M., & Devlin, N. (2002). Preventing Injuries in Older People by Preventing Falls: A Meta Analysis of Individual Level Data. *Journal of the American Geriatrics Society*, 50(5), 905-911.

Steffen, T. M., Hacker, T. A., & Mollinger, L. (2002). Age- and gender-related test performance in community-dwelling elderly people: Six-Minute Walk Test, Berg Balance Scale, Timed Up & Go Test, and gait speeds. *Physical Therapy*, 82(2), 128-137.

## **Exercise Intervention Effects on Functional Fitness Test of the Elderly**

**Huey-fen Su<sup>1</sup>, Yung-Chuan Tsai<sup>2</sup>**

<sup>1</sup>National Pingtung University of Science and Technology

<sup>2</sup>Meiho University

### **Abstract**

This study was based on the Exercise Intervention Effects on Functional Fitness Test of the Elderly. The subjects were veterans who live in veterans home. The experimental group is 62 subjects and control group is 80 subjects, with average 84.56 years old. All subjects received FFT pre- and post-test. Experimental group been treated regular exercise intervention for twelve weeks, and the control group remained normal daily life. Data analysis: descriptive statistics, independent sample ANCOVA analysis, and independent sample t-test analysis,  $\alpha < .05$ . Results: Experimental group FFT was better than control group significantly. Recommendation: 1. The elderly: should focus on the exercise effects towards physical and psychological benefits, especially those weak or frail one. 2. Academic institutions: examine the education programs for senior citizens covers bodily function evaluation and exercise instruction course. 3. Administrative authorities: Encouraged belongs or commissioned units involve regular exercise programs into the community health centers, community clubs and so on.

**Keywords:** Elderly; Exercise Intervention; Functional Fitness Test

# 《社會服務與休閒產業研究》

Social Services and Leisure Industry Research

100、10、07 一百學年度第一學期第 1 次院務會議通過

100、10、28 第一卷第一期編輯委員會會議修正通過

## 稿約

- 一、「社會服務與休閒產業研究」(Social Services and Leisure Industry Research，以下簡稱「本刊」)是由美和科技大學民生學院發行之學術性期刊，旨在提供社會服務、休閒產業與珠寶研究等領域之學術發表機會與知識交流平台。
- 二、本刊屬年刊性質，每年出版一期，訂於每年 4 月出版。
- 三、本刊設有嚴謹的同儕審查制度(詳見「本刊編輯委員會組織要點」)，採審查者與投稿者雙向匿名方式進行審查，且隨到隨審，歡迎各界惠賜有關社會服務、休閒產業與珠寶研究等領域之中英文原創性論文(Original research paper)或技術報告。
- 四、稿件一律採電腦打字(12 號字，上下邊距 2.5 cm 左右 3cm，中文採全型新細明體，英文、標點符號及數字採半型 Times New Roman，單行間距，每行請下方中央標示頁碼)，附上電子檔，原稿一份及隱藏作者影印本兩份。
- 五、稿件首頁應註明包含題目、所有作者姓名、所有作者所屬機關學校(含系所部門)及主要聯絡者通訊地址、電話、電子信箱(E-mail)帳號、傳真號碼。
- 六、投稿全文以 15 頁 12000 字為限(含中、英文摘要與圖表)。中、英文摘要五百字以內(內容包含研究的目的、方法、結果與結論，以一段式呈現)。中、英關鍵詞以不超過五字為限。本文需明確包含緒論、方法、結果、討論、結論與建議、參考文獻等章節。
- 七、書寫分節格式原則上參照 APA 格式撰寫，詳細內容請參考「本刊論文撰寫參考格式」。參考文獻應與正文引用文獻一致，期刊名稱及書名採斜體，中文依姓氏筆劃、英文依姓氏字母為順序。
- 八、投稿需符合本刊規定格式，否則不予審查。投稿若經刊載，稿件著作權歸屬本刊，本刊亦有刪改權，投稿時需繳交「著作財產權讓與同意書」及「投稿格式自我檢查表」。相關資料電子檔請參見美和科大民生學院網站。本刊不接受一稿兩投之稿件(研討會非正式發表除外)，凡曾於其它刊物發表或抄襲之稿件，一概拒絕刊登，如有違法情形一切法律問題由通訊作者自行負責。
- 九、凡投稿通過刊登者將贈送本刊乙本，稿件經刊登將轉成 PDF 檔，由投稿者自行列印抽印本。
- 十、進入初審者會通知作者繳交審稿費 1500 元。
- 十一、投稿時請 E-mail 論文電子檔至 x00002190@meiho.edu.tw，原稿一份及隱藏作者影印本兩份請寄至美和科技大學休閒運動保健系 古國宏老師，地址 91202 屏東縣內埔鄉屏光路 23 號美和科技大學休閒運動保健系，聯絡電話 0931364865。

## 《社會服務與休閒產業研究》編輯委員會組織要點

- 一、社會服務與休閒產業研究（Social Services and Leisure Industry Research，以下簡稱「本刊」）設有編輯委員會處理稿件之編輯及出版事宜。
- 二、本刊設有發行人一人，由美和科技大學（以下簡稱「本校」）校長擔任；副發行人二人，由本校副校長擔任；總編輯一人，由本校民生學院院長擔任；編輯委員會組成由總編輯就國內學者具有編輯熱誠之人士延聘之，設有執行主編一人，負責統籌審閱、分稿及召開編輯會議等事宜；分科召集人以七至十人為原則，協助審閱稿件並指派審查委員；行政秘書一人，負責簽案與相關行政事宜；編輯助理一人，負責收集稿件、催稿及聯絡承印廠商等相關事宜；以上各項職務人員均採一年一聘無給制度。
- 三、投稿本刊之稿件由執行編輯登錄稿件，並由分科召集人初步審查是否符合本刊宗旨、稿約之規定、格式是否符合本刊之要求，如有不符者，請其修改後再投，初審結果將於稿件收到後一週內完成。
- 四、主編依稿件所屬學術領域分配分科召集人，各分科召集人依其內容指派二位外校審查委員進行審查。稿件審查以 30 天為原則，若超過期限，則由分科召集人進行催稿或指派另一位校外審查委員審稿。
- 五、本刊審查方式採審查者與投稿者雙向匿名方式進行審查。
- 六、稿件經審查未達本刊要求之水準將予退稿，若內容宜修改後再審，將由執行編輯通知投稿者依據審查意見於 15 天內完成修改，並將修改稿件連同答辯書一併寄回本刊再審，若超過期限未修改寄回，視同放棄審查。
- 七、本刊分科召集人著作投稿時，則交由主編分配其他分科召集人，並應迴避提供審查委員名單及稿件審查結果。
- 八、審查結果將以電子郵件通知並郵寄審查意見表予作者，審查結果處理方式，如下分述：
  - （一）「修改後刊登」---若二位審查意見皆為修改後刊登，交由分科召集人裁決。
  - （二）「修改後再審」---有兩種情況：1、一位審查意見為修改後刊登，另一位審查意見為修改後再審；2、二位審查意見皆為修改後再審。不管那種情況皆須聯繫作者依審查意見做修改，並將修改稿件連同答辯書寄回審查委員審查，直到審查意見為修改後刊登或不宜刊登為止。
  - （三）「不宜刊登」有兩種情況：1、若一位審查意見為修改後再審，另一位審查意見為不宜刊登；2、若二位審查意見皆為不宜刊登，則交由分科召集人裁決。
  - （四）若一位審查意見為修改後刊登，另一位審查意見為不宜刊登，則交由分科召集人裁決，或指派第三位審查委員審查之。
- 九、本刊在取得作者著作財產權讓與書後，同步發行紙本並與資料庫業者合作，提供檢索下載。
- 十、本刊每年分別於 4 月出刊，稿件之刊登順序由編輯委員會於出刊前開定稿會議，依文稿性質及投稿時間先後次序決定之。

## 本刊論文撰寫參考格式

### 一、量化研究論文分節格式

- 壹、緒論（含相關理論及研究、研究動機、研究目的、名詞解釋）
- 貳、方法（含研究架構、研究對象、研究工具、資料處理）
- 參、結果（含各項研究結果的統計表）
- 肆、討論（針對重要結果加以說明、探討；或是利用相關知識與文獻說明重要結果產生的原因及造成的影響）
- 伍、結論與建議（針對研究結果做出結論及建議）
- 參考文獻（期刊名稱及書名採斜體。排列順序為：中文、英文、其他外文）

### 二、質性與人文類分節格式

- 壹、緒論（含背景、目的、方法）
- 貳、本文及注釋（得分數節分述，如分為三節為：貳、參、肆）
- 參、結論（序號依順序排列，如本文分三節，則結論序號為伍）

以上分節格式僅供參考，投稿者亦可依其所屬領域的通用分節格式進行撰寫，惟分節標題，請依以下順序標示：

壹、……

一、……

（一）……

1. ……

（1）……

a. ……

（a）……

## 申請投稿聲明書

一、本人(等)擬以下列題目：

申請投稿於社會服務與休閒產業研究

二、本篇文章投稿之學術類別為\_\_\_\_\_

三、本篇文章遵守貴期刊之投稿簡則；同時本篇文章：

未曾發表於國內外其他期刊

曾發表於下述期刊：\_\_\_\_\_

※上述期刊若已同意本文刊於「社會服務與休閒產業研究」，若有違背著作權法之實時，本人(等)願負一切法律責任。

四、本篇列名之著作者皆為實際參與研究及撰述者，並能擔負修改、校對與審查討論之工作；投稿前所有簽名著作者均仔細過目並同意論文之內容及結論。

五、本篇論文已參閱投稿格式公約撰述，謹慎查對無誤後投寄。

特此聲明

所有著作者簽名：

第一作者或負責通訊作者之姓名：\_\_\_\_\_

服務機構：\_\_\_\_\_

聯絡電話：\_\_\_\_\_

電子郵件信箱：\_\_\_\_\_

通訊地址：\_\_\_\_\_

中華民國            年            月            日

## 投稿人基本資料表

中文論文名稱			
外文論文名稱			
作者中文名字			
作者外文名字			
作者服務單位 (中文、外文)			
作者職稱 (中文、外文)			
關鍵字 (中文、外文)			

Ps:文字內容如超過表格範圍，請自行調整表格大小



# 社會服務與休閒產業研究

第二期

- 發行人 林顯輝  
出版者 美和科技大學民生學院  
總編輯 劉照金  
主編 古國宏  
編輯委員 邱金松 (體育大學)、黃榮鵬 (高雄餐旅)、董 燊 (金門大學)  
吳宗立 (屏東教大)、陳和賢 (屏東科大)、湯誌龍 (中華科大)  
陳淑華 (美和科大)、李森源 (美和科大)、羅瑞玉 (美和科大)  
邱汝娜 (美和科大)、黃慧娟 (美和科大)、溫紹炳 (美和科大)  
王子玲 (美和科大)、黎瓊麗 (美和科大)
- 審稿委員 吳 穌 (美和科大)、江亮演 (玄奘大學)、王建台 (樹德科大)  
吳崇旗 (屏東科大)、薛凱峰 (正修科大)、何華欽 (屏東科大)  
潘建州 (崑山科大)、陳敏弘 (屏東科大)、張裕亮 (南華大學)  
林耀豐 (屏東教大)、吳宗立 (屏東教大)、涂瑞洪 (屏東教大)  
高三幅 (新竹教大)、吳守從 (實踐大學)、巫銘昌 (雲林科大)  
馬上閔 (屏東科大)、張景弘 (樹德科大)、王俊明 (南開科大)
- 執行編輯 古國宏  
電話 08-7799821 #8381  
地址 91202 屏東縣內埔鄉屏光路 23 號 美和科技大學休閒運動保健系  
ISSN 2308-3204  
創刊日期 2013 年 8 月 30 日  
出版日期 2013 年 8 月 30 日

社會服務與休閒產業研究. 創刊號 / 劉照金總編輯.

-- 屏東縣內埔鄉：美和科大民生學院，2013.08

100 面； 29.4-21 公分

年刊

ISSN 2308-3204(平裝)

1.社會服務 2.休閒活動 3.運動產業 4.期刊

547.05

101017985

