

運動觀光冒險遊憩行為與幸福感之研究 -以日月潭國際萬人泳渡為例

A Study of the Relationship between Adventure Recreation Behavior and Well-being on the Sport Tourists – A Case Study of Sun Moon Lake International Swimming Carnival

郭祐年 ¹Yu-Nien Kuo

¹長榮大學運動競技學系 研究生
Postgraduate, Department of Athletics Sports
Chang-Jung-Christian University

陳偉瑀 ²Wei-Yu Chen

²德明財經科技大學體育室 副教授
Associate Professor, Physical Education Office
Takming University of Science and Technology

陳安妮 ³Annie Chen

³長榮大學運動競技學系 副教授
Associate Professor, Department of Athletics Sports
Chang-Jung-Christian University

摘要

本研究主要目的有二：一、探討運動觀光參與者在冒險遊憩行為和幸福感的差異情形；二、探討運動觀光參與者在冒險遊憩行為和幸福感之相關性。研究對象為「日月潭國際萬人泳渡嘉年華」的 230 名運動觀光客。本研究根據 Robinson (1992) 冒險遊憩模式為基礎建構研究變項，以冒險遊憩行為和幸福感量表為研究工具。研究結果發現：1.運動觀光參與者背景變項在冒險遊憩行為和幸福感有差異存在。2.運動觀光冒險遊憩行為與幸福感有正向相關性存在。本研究根據結果與發現提出研究結果的應用，並對後續的研究提出若干建議，希冀能提供給各縣市政府部門、民間組織和學術研究等相關單位，在未來籌辦各類型運動觀光活動之參考依據。

關鍵詞：參與動機、冒險體驗、參與評估、正面感受



Abstract

The objectives of this study were: 1. to analyze the differences between Adventure Recreation Behavior and Well-being of Sport Tourists; 2. to explore the relations between Adventure Recreation Behavior and Well-being in Sport Tourists. The subjects were 230 cyclists selected from Sun Moon Lake International Swimming Carnival. In this study, according to Robinson (1992) model based on adventure recreation, the subjects were administered “Adventure Recreation Behavior Inventory” and “Well-being Inventory”. The collected data were analyzed by descriptive statistics, t-test (independent), one-way ANOVA (independent) and Pearson product-moment correlation. The findings were as follows: 1. There were differences on adventure recreation behavior and well-being of demographic variable of sport tourists. 2. There is positive correlation between adventure recreation behavior and well-being on sport tourists. Based on the results and findings of this study, some applications and further research suggestions were offered.

Keywords: participative motivation, adventure experience, results of participation evaluation, perceived positive influences

壹、緒論

1.1 研究背景與動機

隨著國內旅遊量逐年增加，民眾越來越重視旅遊體驗(experience)，以提高運動旅遊品質與滿意度（高俊雄，2003），運動旅遊已經成為經濟成長的一部份。依據世界觀光協會(World Tourism Organization, WTO)1997 年的調查，顯示每年約有六億人從事國際觀光，而且預估至 2020 年，全世界從事旅遊之「國際觀光客」將可達 16 億人次，從每年巨額的經濟收益而言，觀光已成為世界上最大而且成長最快的產業之一（謝智謀、王怡婷譯，2001）。休閒遊憩活動在現代人的生活，已經是一種必要而且重要的部份。休閒潮流與觀光遊憩事業蓬勃發展，提供民眾多樣化遊憩方式的選擇。因此觀光旅遊將不止以傳統的觀光而滿足，取而代之將是追求更具附加價值的觀光體驗。換言之，傳統觀光產業在消費者的需求下，亦逐漸調整為多元的經營理念，規劃多元類型的觀光產品，其中運動觀光(sport tourism)已逐漸成為旅遊休閒者的另一種選擇（劉照金、張家銘、劉一慧、黃靖淑，2005）。

運動觀光遊程是結合運動休閒、觀光旅遊、生態教育及社區文化等元素，將觀光旅遊導入多重資源，使行程不再是傳統旅遊型式。最常見為舉辦大型運動賽會來行銷旅遊，為主辦的地區創造驚人的經濟效益。行政院體委會推動六年打造運動島計畫迄今，從種種數據顯示，無論是規律運動人口率的提升、國民健康體能的進步，以及國人運動習慣的建立與參與，都獲得具體績效。另為促進運動產業發展，建構優質運動休閒環境，體委會於 2011 年 7 月公布運動產業發展條例，運動旅遊業就是其中一項產業。從交通部觀光局(2013)的調查顯示民眾觀光休閒的需求日趨多元化，而且以「健身渡假運動」為旅遊目的者有大幅增加的趨勢，顯示結合健康、旅遊和主動式休閒，逐漸受到民眾的重視與歡迎。

台灣旅遊業市場規模日漸龐大，每年超過數千億台幣的產值，對台灣的經濟是注入一股巨大的動力。但也由於休閒性與機械性的娛樂活動變化迅速，重複性高，已經無法滿足大多數的民眾與觀光客的需求，只有具挑戰性、刺激性和探險性的休閒運動才能引起旅客與民眾參與的



動機。台灣天然的地理景觀豐富，高山聳立、四面環海，動植物種，人文建築多元，不論是空中運動（拖曳傘、滑翔翼、高空彈跳、熱氣球活動）；陸上運動（登山、攀岩、露營與路跑）；水上運動（游泳、泛舟、衝浪、浮潛）等休閒娛樂，皆可大力推廣，甚至各都會地區旅遊新趨勢-城市馬拉松，亦成為運動旅遊中重要的賣點之一，且在國際間觀察到推展運動與觀光及發展潮流，以是運動結合觀光並由觀光產業為主流市場，在各國政府與民間企業積極加以推動下成為廣受歡迎話題與活動，特別是運動賽會，更是世界各國推動觀光產業發展的重點，各國均努力善用各種資源積極加以爭取，希望藉此帶動觀光人潮。就於此，教育部體育署舉辦「優質運動遊程」徵選活動，共選出 12 條運動遊程。其中，「國內民眾參與組」的得獎行程，多以時下盛行的單車運動，結合鐵道及溯溪、浮潛及水域運動為主（劉肇育，2016）。

日月潭是一個具有特殊且多元的休閒遊憩地區，也是我國重要的觀光景點之一。其座落於南投縣魚池鄉，海拔 748 公尺，面積約 793 公頃，水深 27 公尺，原先禁止任何人在潭內游泳。直到 1983 年南投縣政府為了促進日月潭觀光旅遊事業，將原先的台灣原住民邵族(Thao)部落傳統豐年祭儀式擴大辦理，並委請埔里四季早泳會承辦泳渡日月潭活動，逐漸演變成今日國際體壇矚目的盛會，每年能吸引 2 萬餘選手下水挑戰，無形中已成功塑造成為台灣本土運動文化特色，在國際體壇間佔有舉足輕重之地位。在 1995 年終獲國際奧委會正式認證為全世界規模最大的長泳活動；2002 年列入世界游泳名人堂(International Swimming Hall of FameHeadlines)，成為全世界水域運動的重要標竿（陳進福，2009）。台灣近幾年提倡綠色旅遊、深度旅遊及運動觀光的同時，泳渡日月潭活動的推動有助於提升與自然環境之結合及融入。

運動觀光活動與一般戶外遊憩活動不同之處，是在於從事該類活動，必須具備某種程度之技術與體力的付出，並提供參與者充分之刺激感、挑戰感與征服感，以滿足參與者之冒險性活動體驗。從運動與觀光的產業及學術研究觀點來看，主要是希望透過「運動」為主題，吸引遊客前往旅遊進而帶動地區觀光產業發展，兩種產業可產生雙贏的共生關係。泳渡日月潭活動全程大約 3.3 公里，從朝霧碼頭出發至伊達邵部落，除了具備較好的游泳技能之外，還必須要有足夠的體力及耐力，而非一般性休閒運動（如爬山、散步、慢跑、跳舞等）；它亦是一種意志力與成就感的雙重考驗。因此，泳渡日月潭是一種具挑戰性之戶外活動，其特徵是讓參與者帶有開拓者的精神，實際身處險境，並藉由身體力行的努力付出，獲得冒險與刺激性的體驗的活動。也就於此，日月潭泳渡的參與者可說是一群非常特殊的運動觀光客，且 1 年只有 1 次開放水域，在這麼多挑戰限制，又有時間控管之下，參與者的冒險遊憩行為是一個相當值得探究的問題。

台灣地區擁有獨特的地理環境與資源，非常適合發展具冒險性質的運動旅遊遊憩活動。運動觀光發展趨勢在台灣已開始萌芽了(陳偉瑀，2016；蕭嘉惠、張家銘、林怡萍，2011)。雖然諸多活動在台灣發展迅速，但在相關的實證研究上方面也較為缺乏。劉照金、周麗華和莊哲仁(2006)指出，運動觀光客的運動經驗以「天然環境的挑戰」、「人工環境的挑戰」為主，而其使用的觀光資源經驗主要為「自然海岸」和「自然風景」。因此，本研究為符合 Standeven and De Knop(1999)將運動觀光的性質定義為一種體能活動之文化經驗與地方之文化經驗的結合；並在運動經驗的本質上分為環境的挑戰或人的挑戰，觀光經驗的本質分為天然或人為的理論下，以國內水域運動觀光最大盛會「日月潭國際萬人泳渡嘉年華」活動參與者為研究範圍，研究主要在分析運動觀光參與者的冒險遊憩行為與幸福感之變項間的關係，作為提供相關單位在訂定政策或休閒活動規劃之參考。此為本研究最主要的動機來源。



1.2 研究目的

- 1.2.1 分析參與日月潭國際萬人泳渡之人口變項。
- 1.2.2 探討日月潭國際萬人泳渡參與者在冒險遊憩行為與幸福感之差異情形。
- 1.2.3 探討日月潭國際萬人泳渡參與者在冒險遊憩行為與幸福感之相關情形。

貳、文獻探討

交通部觀光局(1997)指出，冒險遊憩(Adventure Recreation)是指一種具挑戰性之戶外活動，也可用冒險觀光(Adventure Tourism)、戶外冒險(Outdoor Adventure)或冒險活動(Adventure Activity)來表示，其特徵是讓參與者帶有開拓者的精神，實際身處險境，並藉由身體力行的努力付出，獲得冒險與刺激性體驗的活動。Hall and Weiler(2010)的冒險遊憩定義：活動具真實或想像的危險，通常涉及一個自然的環境中的結果是不確定的。Martin and Priest(2011)指出冒險體驗密切相關的活動，再加上活動與冒險相關的體力活動，例如，激流漂流，泛舟，攀岩，滑翔，潛水，登山。它們不同於傳統的戶外休閒活動，因為它們涉及人身安全危險，結果的相互作用的特徵在於，接合的不確定性，並據此能力和風險。曹勝雄和林維榕(2011)也指出，參與者從事冒險遊憩活動是希望獲得挑戰的感覺。而不論是從事一項活動，或是觀賞運動賽會，運動就如同「休閒旅遊」般提供強而有力的誘因。Hall(2010)綜合相關文獻，指出與這些特殊興趣有關的動機，例如以自然為基礎的觀光動機，包括：接觸自然、探索、知識、教育、科學上的好奇心等；以在冒險或運動旅遊方面，則包括：尋求刺激、自我探索、自我實現、接觸自然、社會接觸等。根據上面的定義，日月潭泳渡活動即形成一個冒險遊憩的一部分。Robinson(1992)結合相關實證研究及心理學的理論，提出冒險遊憩模式。此模式明確地說明了人們參與冒險遊憩過程中，各階段之心理狀態。但嚴格來講並不是算是模式，只是算人們涉入冒險遊憩過程之心理歷程描述(張孝銘，2006)。換言之，Robinson的冒險遊憩涉入模式指出，當個體產生對冒險活動的參與動機，亦會對所要參與的活動進行風險評估，進而決策是否參與；同時，參與者在參與活動結束後，會評估活動是否成功、是否達到期望與滿足，這涉及到參與者之活動參與動機、遊憩體驗、參與結果評估，以及正面影響感受等因素。張孝銘(2006)、陳偉瑀和陳安妮(2015)曾以此模式研究登山冒險體驗活動和露營參與者遊憩行為調查等。

Witman(1995)指出，個人背景變項可能會影響戶外冒險體驗與參與活動的結果。從運動觀光客的基本資料來看，性別、年齡、婚姻狀況、教育程度、經濟收入、參與次數等因素，會影響休閒遊憩參與行為(陳文江、李正慧，2013；陳家倫、楊涵鈞、簡欣穎，2012；葉景谷、劉志鈺，2011；蔡瑋娟、黃孟立、陳聰獻，2006；陳偉瑀，2016；劉照金、李晉豪，2011)。冒險活動的本質在追求冒險性、挑戰性之遊憩體驗，雖然活動本身具危險性，但參與人數卻逐日增加，原因乃在於活動本身提供人們滿足挑戰自然及戰勝自我之機會，並且可以紓解日常生活中的壓力。張孝銘(2009)、Chang and Huang(2012)指出，參與運動旅遊的觀光客主要動機包括：參與活動可獲得身心釋放、滿足刺激與挑戰、享團體經驗與他人社交互動、欣賞及體驗大自然、肯定自我能力與獲得成就等等。Martin and Priest(2011)指出，運動遊憩者願意挑戰戶外冒險體驗的來源，主要來自於危險情境與個人勝任能力的互動，而這些活動之所以受到喜愛，是因為這些活動，提供他們遠離日常規律的生活與繁雜的工作，讓遊憩者獲得新奇及不同體驗，並從這些緊張及興奮的活動中獲得樂趣。不論是從事那一項活動，或是觀賞運動賽會，運動就如同「休



閒旅遊」般提供強而有力的誘因(Standeven & De Knop, 1999)，運動參與也可以提供有意義且有目的的「旅遊體驗」(Godbey, 2003)。Manfredo, Driver and Brown(1983)研究遊客依遊憩體驗以族群分析分為三群，並進一步檢定遊客之遊憩體驗是否具差異性。結果發現：遊憩體驗本身為一複雜的感受，且瞭解許多因素會對體驗程度與滿意度造成影響。Weber(2001)指出，流暢體驗的特徵能解釋在戶外過程中參與者的體驗，而流暢體驗的結構，可做為分析參與遊憩活動之參與體驗。

Biddle and Mutrie(2001)整合出過去研究關於運動與幸福感的相關議題，發現運動與身體活動對於幸福感的指標都具有正面的影響。幸福感是個人對於日常生活中，一種感到實現自我抱負、生命有意義且愉快的一種持續性的感覺(Buss, 2000)，透過休閒或許是達到健康、追求高品質生活及擁有幸福感的必經途徑(Godbey, 2003)。朱美慧和黃英哲(2013)休閒涉入的程度能正向預測活動幸福感，黃振紅和呂碧琴(2012)休閒運動體驗對幸福感有直接影響效果。因此在運動的過程中，參與者能在活動中追求到心理的歡愉與歡樂，對參與者的心理有正面的影響。陳建璋和季力康(2009)指出，幸福感、運動階段及基本心理需求皆有顯著的正相關；運動階段越高，幸福感、自主性、勝任感與關係感也越高。Chang and Huang(2012)指出，遊客參與運動觀光動機，是因為可從參與的過程中，獲得幸福感、釋放心理壓力、社會互動、體驗自然、冒險/挑戰及放鬆身體和心靈等因素。

參、研究方法

3.1 研究對象

為降低抽樣誤差與問卷回收之困難度，本研究係以參與日月潭泳渡之參與者為研究對象。由於事前並無法了解參與者是否全程參與完成活動，可能會造成受試者樣本性代表不足。因此本研究在調查方面，將採便利取樣方式，並於活動結束後，即詢問參與者是否完成所參與之活動，如答「是」才予以施測，以確保樣本的代表性。但受限財力、人力、物力之下，為求能達到研究所需的有效樣本數，本研究共計分發放 230 份問卷，回收 225 份，扣除 6 份無效問卷，共獲有效問卷 219 份。

3.2 研究工具

根據黃俊英和林震岩(1994)指出，內容效度意謂問卷之內容具備相當程度的代表性，亦即包含被衡量建構之層面的項目，如問卷內容之基礎為相關理論，並參考過往學者相似研究之問卷加以修訂，且依據實務工作者或專家學者之建議再次編修問卷內容，即可認為具備相當的內容效度。因此，本研究所使用的工具，均採取經過多方研究之信、效度考驗檢核完成之量表，其運用方法分述如下：

3.2.1 人口統計變項與其他變項

本研究之人口統計變項，其中包括居住地區、性別、年齡、婚姻狀況、教育程度、職業、收入、參與活動項目與參與次數。

3.2.2 運動參與動機量表

本研究工具主要引自Beard and Ragheb(1983)的休閒動機量表(Leisure Motivation Scale)，以及Driver(1977)的遊憩體驗偏好量表(Recreation Experience Preference, REP)部份題項所編訂。朱笠瑄(2003)和張孝銘(2004)分別以探索性因素及驗證性因素分析冒險性遊憩活動參與動機因素，



共有24題，內含八個因素。其中包括「身心釋放」、「尋求冒險刺激刺激」、「社交互動」、「自然取向」、「能力成就」、「新奇體驗」、「知識獲得」及「健康體適能」，採Likert五點量尺計分，得分平均值愈高，代表參與動機愈高；反之亦然。結果顯示，該份量表已建構良好的信、效度。

3.2.3 冒險體驗量表

本部份量表採用Jackson and Marsh(1996)根據Csikszentmihalyi的流暢理論及流暢特徵所發展之流暢狀態量表為測量工具，共有32題，內含八個因素。包括「挑戰與技巧一致」、「意識融入行動」、「目標明確」、「非義務性回饋」、「專注在面臨的考驗」、「掌控感」、「失去自我意識」及「時間的轉變」，採Likert五點量尺計分，得分平均值愈高，代表冒險體驗感愈高；反之亦然。

3.2.4 參與結果評估量表

本研究工具主要是根據Robison(1992)提出冒險遊憩模式活動評估階段特徵編製，共有6題。本研究採Likert五點量尺「非常同意5~非常不同意1」加以測量計分。量表各題目總得分平均值愈高，代表露營活動參與者的參與結果評估愈高；反之亦然。

3.2.5 正面影響感受量表

本研究工具主要是根據張孝銘(2006)參考國內外諸多學者提出之理論，所編製的正面影響感受量表為測量工具，共有19題。採Likert五點量尺計分。得分平均值愈高，代表正面影響感受愈高；反之亦然。

3.2.6 幸福感量表

本部份量表採用黃國城(2003)修訂自Argyle(1987)所編製的牛津幸福感量表(Oxford Happiness Inventory)為測量工具，共有24題，內含四個因素，包括「生活滿意」、「自我肯定」、「人際關係」及「身心健康」。採Likert五點量尺計分。得分平均值愈高，代表幸福感愈高；反之亦然。

3.3 資料處理

本研究利用SPSS For Windows 12.0 版套裝軟體進行統計分析。採用描述性統計分析、獨立樣本t考驗、獨立樣本單因子變異數分析(one-way ANOVA)與積關相關等，考驗日月潭泳渡參與者之參與動機、冒險體驗、參與結果評估、正面影響感受與幸福感，在不同的人口統計變項上與是否有顯著差異；如有顯著差異存在時，則以Scheffe's 進行事後比較。本研究所有的統計考驗的顯著水準均訂為 $\alpha=.05$ 。

肆、結果與討論

4.1 日月潭泳渡參與者人口統計背景變項分析

表 1 日月潭泳渡參與者人口統計變項描述

項目	類別	人數	%	項目	類別	人數	%
性別	男	154	70.3	婚姻狀況	已婚	111	50.7
	女	65	29.7		未婚	108	49.3
年齡層	15-20 歲	27	12.3	教育程度	國中以下	4	1.8
	21-30 歲	69	31.5		高中職	76	34.7
	31-40 歲	82	37.4		專科	69	31.5
	41-50 歲	29	13.2		大學院校	58	26.5



	50 歲以上	12	5.5	研究所以上	12	5.5	
經濟收入	2 萬以下	49	22.4	職業類別	軍公教	18	8.2
	20001-40000	101	46.1		服務業	50	22.8
	40001-60000	64	29.2		製造業	46	21.0
	6 萬以上	5	2.3		商業	36	16.4
參與次數	第一次	47	21.5	家管及退休人員	9	4.1	
	2-3 次	110	50.2	學生	38	17.4	
	4-5 次	44	20.1	自由業	22	10.0	
	6 次以上	18	8.2				

4.2 日月潭泳渡參與者在冒險遊憩行為各變項之差異分析

根據Witman(1995)指出，個人背景變項可能會影響戶外冒險體驗與參與活動的結果。本研究在日月潭泳渡參與者背景變項研究結果發現，性別、年齡族群與經濟收入等三個變項，無任何差異存在。研究者推論，日月潭泳渡冒險遊憩行為相較於其他戶外冒險活動，是屬於一項高風險、高技巧的冒險性運動項目，參與者均須是受過一些游泳體能上的訓練，才勇敢的參與此項活動，因此在冒險遊憩行為上，這三個變項並無顯著差異存在。這與蔡瑋娟、黃孟立和陳聰獻(2006)、蔡瑋娟、黃孟立和謝曜鍾(2006)研究指出，日月潭泳渡參與者的背景變項對休閒需求、參與動機，沒有顯著差異存在。本研究有類似的發現。

另外，在婚姻狀況、教育程度、職業類別及參與次數等，則日月潭泳渡冒險遊憩行為參與者有顯著差異存在。分別說明如下：

婚姻狀況對日月潭泳渡參與者冒險遊憩行為上「參與動機」顯著差異存在($t=2.61, p<.05$)，從平均數可看出，已婚比未婚者有較佳的參與動機(4.36 vs. 4.21)。蔡瑋娟、黃孟立和謝曜鍾(2006)研究發現，未婚的比已婚的泳渡日月潭的參與者，有較佳的「實質獲益」動機。這與本研究有不同的發現。研究者推論，蔡瑋娟等人研究的實質獲益，是以蒐集紀念品、旅遊參觀或取得證書等外在閑情誘因為主，這對未婚者較具有吸引力；然而，已婚者對生活較為務實，其在排除各項生活、家庭及工作等困擾瑣事後，來參與日月潭泳渡之挑戰，其參與動機是有別與未婚者。

教育程度對日月潭泳渡參與者在冒險遊憩行為上「參與動機」($F=4.34, p<.05$)與「參與評估」($F=4.14, p<.05$)有顯著差異存在，因此要進行多重事後比較。研究結果顯示，國中、小教育程度的參與者比高中職、研究所教育程度的參與者有較佳參與動機(4.91 vs. 4.16、4.19)；高中職教育程度的參與者比大專校院教育程度的參與者有較佳參與評估(4.12 vs. 3.76)。蔡瑋娟、黃孟立和謝曜鍾(2006)也有相同的研究發現，其並推論其原因可能是低學歷者無論是在求學階段，或是在工作職場上與研究所以上學歷者接觸的機會頻繁，而擁有研究所學歷者，在社會上的成就或地位普遍比低學歷者高。因此低學歷者會有自卑感產生，而希望藉由完成日月潭泳渡之壯舉，來證明自己的能力以消除自卑感，才造成此研究結果。本研究發現相同的結果。

職業類別對日月潭泳渡參與者在冒險遊憩行為上「參與評估」($F=2.20, p<.05$)與「正面感受」($F=2.72, p<.05$)有顯著差異存在，因此要進行多重事後比較。研究結果顯示，職業類別在事後比較上無明顯差異組別存在。

參與次數對日月潭泳渡參與者在冒險遊憩行為上「冒險體驗」有顯著差異存在($F=3.43, p<.05$)，因此要進行多重事後比較。研究結果顯示，參與2-3次的參與者比4-5次的參與者有較佳



冒險體驗感受(4.24 vs. 4.03)。葉景谷和劉志鈺(2009)研究發現，日月潭泳渡的參與者，參加2次(含)以下、3-4次比5次(含)以上的參與者在「能力增強」有較高的感受。其推論：參加次數少者，想藉參與的過程來肯定自己游泳能力與挑戰自我的機會，因此較5次以上的參與者，其冒險體驗的心態相對高。本研究獲得一致的發現。

綜觀上述，劉照金和李晉豪(2006)從臺灣主動性運動觀光參與狀況，也發現教育程度、職業階級和參與次數對參與運動觀光者，會有所差異，本研究獲得支持。

4.3 日月潭泳渡參與者在幸福感之差異分析

本研究在日月潭泳渡參與者背景變項與幸福感，研究結果發現，性別、婚姻、年齡族群、職業類別、經濟收入及參與次數等變項，無任何差異存在；僅有在教育程度上，日月潭泳渡參與者的幸福感有顯著差異存在。分別說明如下：

教育程度對日月潭泳渡參與者在幸福感的「人際關係」($F=3.28, p<.05$)、「生活滿意」($F=2.81, p<.05$)、「身體健康」($F=2.56, p<.05$)和「自我肯定」($F=2.56, p<.05$)有顯著差異存在，因此要進行多重事後比較。研究結果顯示，教育程度在事後比較上無明顯差異組別存在。

表2 教育程度對日月潭泳渡參與者在幸福感各變項之統計分析表

項目	國中以下 (n=4)		高中職 (n=76)		專科 (n=69)		大學 (n=58)		研究所 (n=12)	
	平均數	標準差	平均數	標準差	平均數	標準差	平均數	標準差	平均數	標準差
人際關係	4.75	.50	4.16	.37	4.30	.43	4.32	.46	4.13	.38
生活滿意	4.75	.50	4.17	.38	4.34	.34	4.28	.45	4.16	.46
身體健康	4.75	.50	4.18	.47	4.26	.44	4.21	.39	4.08	.45
自我肯定	4.67	.45	4.16	.31	4.25	.40	4.29	.36	4.18	.45

4.4 日月潭泳渡參與者冒險行為與幸福感之相關情形

表3 日月潭泳渡參與者冒險遊憩行為各層面與幸福感之相關情形

	參與動機	冒險體驗	參與評估	正面感受	人際關係	生活滿意	身體健康	自我肯定	幸福感
參與動機	1								
冒險體驗	.73**	1							
參與評估	.59**	.69**	1						
正面感受	.64**	.79**	.54**	1					
人際關係	.56**	.72**	.57**	.72**	1				
生活滿意	.58**	.75**	.57**	.72**	.89**	1			
身體健康	.58**	.73**	.58**	.68**	.85**	.87**	1		
自我肯定	.64**	.78**	.59**	.79**	.90**	.89**	.91**	1	
幸福感	.62**	.78**	.61**	.76**	.95**	.95**	.95**	.97**	1

**p<.01

由表 3 的結果得知，冒險遊憩行為各層面與幸福感整體呈現顯著正相關，其中又以冒險體驗為相關性最高(0.78)，其次為正面感受(0.76)、參與動機(0.62)及參與評估(0.61)。另從幸福感各層面來看，分別也以冒險體驗與正面感受呈現顯著中高度的正相關(0.68~0.79)。由此結果可知，



「冒險體驗」和「正面感受」對日月潭泳渡參與者的幸福感最具相關性。也就是說，日月潭泳渡的參與者，如感受到活動所帶來的冒險體驗與正面感受越強烈，其幸福感亦也越高。

幸福感是一種主觀評估個人對整體生活現況的滿意程度。Martin and Priest(2011)指出遊憩者的心理是他們挑戰自然的冒險體驗，主要來自於危險情境與個人勝任能力的互動，而這些活動之所以受到遊客的喜愛，主要是這些活動，提供遊客遠離日常規律的生活與繁雜的工作，讓遊客獲得新奇及不同體驗，並從這些緊張及興奮的活動中獲得樂趣。陳建瑋和季力康(2009)研究結果顯示幸福感與運動階段及基本心理需求皆有顯著的正相關；運動階段越高，幸福感、自主性、勝任感與關係感也越高。陳偉瑀(2016a)研究也發現，運動過程中，參與挑戰型態比休閒型態的參與者有較高的參與動機與幸福感，且挑戰型態以「新奇體驗」對幸福感最具相關性。黃振紅和呂碧琴(2012)研究指出，休閒運動體驗對幸福感有直接影響力。陳偉瑀(2016b)針對不同類型的運動觀光活動研究發現，參與動機「新奇體驗」與遊憩體驗「掌控感」層面，對幸福感的相關係數最高，且能有效預測幸福感。Godbey(2003)指出透過休閒或許是達到健康、追求高品質生活及擁有幸福感的必經途徑。Biddle and Mutrie(2001)整合出過去研究關於運動與幸福感的相關議題，發現運動與身體活動對於幸福感的指標都具有正面的影響，因此在運動的過程中，參與者能在活動中追求到心理的歡愉與歡樂，對參與者的心理有正面的影響。本研究獲得驗證。

伍、結論

5.1 結果

從日月潭泳渡參與人口變項觀察，男性佔了居多，近70%；婚姻狀態則各佔一半左右；年齡層則以21-41歲為主，佔69%；教育程度大專以上有近60%，經濟狀況多為2萬-4萬為最大宗，佔46%；職業類別則大多以服務業跟製造業所占人數最多，共佔44%。其中，婚姻狀況、教育程度、職業類別及參與次數等四項變項，對運動觀光冒險遊憩行為上，亦發現有差異存在。這也說明不同的人口變項會影響，運動觀光冒險遊憩行為的參與動機、冒險體驗、正面感受與參與評估。而冒險遊憩行為與幸福感之間有中度以上的正相關，其中以冒險體驗為相關性最高。因此，本研究發現了一個重要的訊息，在運動觀光過程中，活動內容的冒險體驗對參與者的幸福感最具有影響性。

5.2 建議

從交通部觀光局(2013)的調查顯示民眾觀光休閒的需求日趨多元化，而且以「健身渡假運動」為旅遊目的者，有大幅增加的趨勢，顯示結合健康、福祉和主動式休閒逐漸受到民眾的重視與歡迎。這也說明未來參與運動的人口，將會從操場跑向戶外天然環境的場域。這幾年，臺灣運動觀光蓬勃發展，參與人數年年增加，可見與運動觀光有關之研究議題仍有繼續開發之潛力。從運動與觀光的產業及學術研究觀點來看，主要是希望透過「運動」為主題，吸引遊客前往旅遊進而帶動地區觀光產業發展，兩種產業可產生雙贏的共生關係。運動觀光旅遊趨勢，應朝向追求更具有附加價值的行銷式觀光。因此，未來的研究可從運動觀光活動的特色規劃，以及參與者的休閒涉入、重遊意願、服務品質等變項之來進行研究，才更能深入瞭解參與者在運動觀光的內在感受，做為提供給觀光局、主辦單位、相關單位等，未來在設計活動規劃之參考依據。



參考文獻

- 交通部觀光局(1997)：台灣潛在生態觀光及冒險旅遊產品研究與調查。台北市：中華民國戶外遊憩學會。
- 交通部觀光局(2013)：中華民國 101 年國人旅遊狀況調查。2014 年 1 月 30 日取自：
<http://admin.taiwan.net.tw/public/public.aspx?no=315>。
- 朱美慧、黃英哲(2013)：自行車休憩者的休閒涉入與活動幸福感關係之研究。發表於國立臺北教育大學體育學術研討會，84-92，國立臺北教育大學體育系，臺北市。
- 朱笠瑄(2003)：東北角海岸攀岩冒險遊憩活動之研究。未出版碩士論文，朝陽科技大學休閒事業管理系，臺中縣。
- 高俊雄(2003)：運動觀光之規劃與發展。國民體育季刊,32(3),7-11。
- 張孝銘(2006)：登山冒險遊憩行為模式之研究。未出版博士論文，國立體育學院體育研究所，桃園縣。
- 張孝銘(2009)：遊客對海域運動觀光吸引力認知、旅遊體驗、知覺價值與行為意向之研究。休閒產業管理學刊,2(3),31-51。
- 曹勝雄、林維榕(2011)：冒險遊憩中的挑戰來源。戶外遊憩研究,24(1),57-82。
- 陳文江、李正慧(2013)：單車遊客休閒參與動機與幸福感關係之研究-以後豐自行車道為例。運動休閒餐旅研究,8(1),98-116。
- 陳欣宏、陳佩君(2010)：遊客對目的地吸引力、體驗品質、知覺價值、行為意圖關係模式之研究—以小琉球為例。屏東教大體育,13,229-238。
- 陳建瑋、季力康(2009)：大學生不同運動階段基本心理需求與主觀幸福感之相關研究。體育學報,42(1),25-37。
- 陳家倫、楊涵鈞、簡欣穎(2012)：Nike Running Club 跑者參與動機與滿意度之研究。屏東教大體育,15,379-393。
- 陳偉瑀(2016a)：自行車活動型態參與者對參與動機和幸福感之相關研究。休閒產業管理學刊,9(1),69-82。
- 陳偉瑀(2016b)：不同類型運動觀光客在參與動機和遊憩體驗與幸福感之相關研究。旅遊健康學刊,15(1)，【排版中】。
- 陳偉瑀、陳安妮(2015)：露營活動參與者遊憩行為之調查研究-以台北市為例。休閒觀光與運動健康學報,5(2),54-70。
- 陳福進(2009)：日月潭萬人泳渡活動探討研究。未出版碩士論文，國立屏東教育大學，屏東市。
- 黃俊英、林震岩(1994)：SAS 精析與實例。台北市：華泰。
- 黃振虹、呂碧琴(2012)：淡水區大學生休閒運動態度、阻礙、體驗與幸福感之關係模式。臺大體育學刊,22,49-61。
- 黃國城(2003)：高雄市醫院志工幸福感、死亡態度與生命意義感之相關研究。未出版碩士論文，國立高雄師範大學成人教育研究所，高雄市。
- 葉景谷、劉志鈺(2011)：泳渡日月潭銀髮族參與者參與行為和參與動機之研究。明道學術論壇,7(4),29-56。



- 劉照金、李晉豪(2011)：臺灣主動性運動觀光參與狀況及參與者特質之研究影響。 **臺大體育學報**,20,49-62。
- 劉照金、周麗華、莊哲仁(2006)：運動觀光客參與動機、活動類型和經驗性質之研究-以恆春半島觀光旅遊地區為例。 **體育學報**,39(4),149-162。
- 劉照金、張家銘、劉一慧、黃靖淑(2005)：不同類型運動觀光參與者的旅遊動機、期望、滿意度及其觀光特性之比較研究。 **運動休閒管理學報**,2(2),24-36 頁。
- 劉肇育(2016)： **運動結合觀光 12 條優質運動旅程下月起跑**。聯合新聞網。2016 年 10 月 25 日取自 <http://udn.com/news/story/7/2046492>。
- 蔡瑋娟、黃孟立、陳聰獻(2006)：泳渡日月潭參與者休閒需求之研究。 **運動休閒餐旅研究**,1(4),24-42 頁
- 蔡瑋娟、黃孟立、謝曜鍾(2006)：泳渡日月潭參與動機之研究。 **運動與遊憩研究**,1(2),24-44 頁。
- 蕭嘉惠、張家銘、林怡萍(2011)：運動賽會對經濟、社會文化和環境衝擊認知之研究－以日月潭居民為例。 **輔仁大學體育學刊**,10,97-114。
- 謝智謀、王怡婷(譯)(2007)： **觀光消費行為－理論與實務**。台北市：桂魯。
- Argyle, M.(1987). *The psychology of happiness*. New York: Routledge.
- Beard, J. G., & Raghd, M. G.(1983). Measuring leisure motivation. *Journal of Leisure Research*, 15(3), 219-228.
- Biddle, S. J. H., & Mutrie, N. (2001). *Psychology of Physical Activity-determinants, Wellbeing and Interventions*. London: Routledge.
- Buss, D. M.(2000). The evolution of happiness. *American Psychologist*, 55, 15-23
- Chang, H. M., & Huang. Y. T.(2012). Paragliding Adventure Recreation Consumers' Activity Motivation, Enduring Involvement and Their Involved Behavior. *Journal of International Management*, 7(2):61-74
- Driver, B.(1977). *Item pool for scales designed to quantify the psychological outcomes desired and expected from recreational participation*. Unpublished manuscript, Rocky Mountain Forest and Range Experiment Station, USDA Forest Service Recreation Project, FT. Collins CO.
- Ewert, A.W., & Hollenhorst, S. J.(1997). Adventure recreation and its implications for wilderness. *International Journal of Wilderness*, 3(2),21-26.
- Godbey, G. (2003). *Leisure in your life-An exploration (6th ed)*. State College, PA: Venture Publishing.
- Hall, C. M., & Weiler, B.(2010). Introduction. In B. Weiler & C. M. Hall(Eds.), Special interest tourism (1-14). London: Belhaven Press.
- Jackson, S.A., & Marsh, H. W.(1996). Development and validation of a scale to measure optimal experience: the flow state scale. *Journal of Sport Exercise Psychology*, 18,17-35.
- Martin, P., & Priest, S. (2011). Understanding the adventure experience. *Journal of Adventure Education*, 3(1), 18-21.
- Manfredo, M. J., Driver, B. L., & Brown, P. J.(1983). A test of concepts inherent in experience based setting management for outdoor recreation areas. *Journal of Leisure Research*, 15(3), 263-283
- Robinson, D. W.(1992). A descriptive model of enduring risk recreation involvement. *Journal of*



Leisure Research, 24(1) ,52-63.

Standeven, J., & De Knop, P.(1999). Sport tourism, Champaign. Illinois: Human Kinetics.

Weber, K.(2001). Outdoor adventure tourism: A review of research approaches. *Annals of Tourism Research*, 28(2),360-377.

Witman, J. P.(1995). Characteristics of adventure programs value by adolescents in treatment. *Monograph on Youth in the 1990s*, 4, 127-135.

