

親子戶外休閒活動參與動機、參與效益、參與阻礙 及參與休閒活動行為之研究

王俊明¹、林佳慧²

¹南開科技大學 休閒事業管理系

²南開科技大學 休閒事業管理系碩士班（研究生）

通訊作者：王俊明

聯絡地址：542 南投縣草屯鎮中正路 568 號

電子郵件：jmw@nkut.edu.tw

投稿日期：2015 年 8 月

接受日期：2015 年 12 月

摘 要

本研究主要目的是：一、瞭解親子參與戶外休閒活動的現況。二、比較不同背景變項的親子參與戶外休閒活動在參與動機、參與效益、參與阻礙及參與行為的差異。三、親子戶外休閒活動的參與動機、參與效益及參與阻礙對參與戶外休閒活動行為的預測。本研究是以就讀國小低年級（一、二年級）的學童之父母為研究對象。所有參與研究的學童父母均需施測「戶外休閒活動參與動機量表」、「戶外休閒活動參與效益量表」及「戶外休閒活動參與阻礙量表」。所得資料以獨立樣本 t 考驗、單因子變異數分析及多元逐步迴歸分析進行各項統計考驗。本研究的重要結果為：一、親子參與戶外休閒活動中，家人一起參與的次數是最高的，其次是母親，最少的是父親。二、在戶外休閒活動中，父母一起的較只有母親一人有較高的親子關係需求。三、當父母一起時，能預測子女休閒參與行為的只有個體阻礙一項，但其預測力只有 2%。本研究的結論是父母一起參與子女的戶外休閒活動是最好的一種方式，子女的休閒參與行為也會提高。

關鍵詞：心理健康、家庭休閒、休閒生活

壹、緒論

一、研究背景與動機

本研究背景為臺灣於 2003 年 1 月 7 日三讀通過「家庭教育法」中，特別強調休閒生活的規劃與學習，是提升家庭品質的重要途徑，透過家庭休閒參與活動，可以增加互動機會，進而增進彼此關係的緊密，使親子依附因而提升。然而週休二日於民國 90 年 1 月 6 日開始實施以來對於國人的休閒時間

也增加了，這項政策實施以來許多家長們也多了假期來陪伴孩子，許多的休閒產業也積極推出許多親子能參與的休閒活動，國外學者 Kelly (1978) 研究指出有三分之二的休閒活動是從家庭開始的，Iso-Ahola (1985) 曾經提到：未來的家庭會越來越依靠休閒來創造家庭凝聚力，因此美國遊憩協會 (AALR) 從 2000 年起，即積極推動全國家庭休閒參與周的活動 (National Family Recreation Week, NFRW)。由此可見親子參與休閒活動的參與度是越來越被重視，這也正是本研究想要瞭解親子參與戶外休閒遊憩活動的現況為何，進而對未來



在親子休閒產業以及戶外休閒活動的專家學者提供相關參考意見，做為日後在休閒產業上的推動盡一份心力，此惟本研究最主要的動機。

由此可見在家庭親子休閒的重視度，國內外親子休閒產業這一區塊還是有許多商機能發展，然而參與親子休閒能達到何種的效益也越來越多人重視了，從事適當的家庭休閒活動尤其是必要的，在環境的提供過程中，父母扮演著不可或缺的重要任務，因為家庭中父母是幼兒的第一位老師，也是幼兒主要的模仿學習的對象，除了父母本身所表現出來的行為言語、態度、教養方式外，父母要不要給予小孩子刺激，這對於未來學習歷程有很大的影響力，也會影響到幼兒利社會行為、道德行為及人格發展，可見家長對幼兒生長過程的重要性是無可取代的。

蔡守浦（2002）就曾指出，小孩子對於父母親休閒活動的影響極大，因為家長會從事與小孩有關的活動最多。在閒暇時刻，常常可以看到家長帶著幼兒在學校操場、公園內共同運動、嬉戲玩耍，但家長在平日辛勤工作之餘，仍能於閒暇時間和幼兒共同參與休閒運動，由此可見孩子的休閒活動也影響了家長參與休閒活動的選擇及動機，所以瞭解家長參與的動機傾向是很大的關鍵，也才能依其需求來提供適合的休閒運動，以吸引更多親子共同來參與，也能對於辦理親子活動及推廣全民運動提供一項初步的參考方向。因此本研究提出以下兩點研究假設，一為不同背景變項的親子參與戶外休閒活動在參與動機、參與效益及參與阻礙上有顯著差異存在，其主要能更細部的去了解不同的家人陪伴從事休閒活動的情形。二為親子的戶外休閒遊憩參與動機、參與效益及參與阻礙能有效預測參與戶外休閒活動行為，其主要為透過預測參加戶外休閒活動上的行為，可以了解其主要的影響因素為何？

此外，在幼童肥胖這個議題上，也是許多家長關注的議題，國外學者 Taras (1992) 研究指出有將近 50% 的美國幼兒沒有足夠的運動量；林晏惠 (1999) 研究指出國內幼兒園的幼兒肥胖盛行率達 10%，且幼兒體能幾乎全面落後日本。為了改善孩童的身體素質，積極發展的第一面是指身體狀況缺乏其他相關的病症，然而一個人的體重是評估現在和未來身體健康狀況很好的指標。我們知道，兒童肥胖問題在所有西方社會迅速增加。表現兒童肥胖是一個非常強大的風險因素，隨後演變 II 型糖尿病和各種其他疾病，如心血管疾病。積極發展的第二面是指心理健康。大量的研究已經表明，心理健康是現在和未來能力良好的指標，以及具有尊重社會的規則行為表現，這些尤其是跟孩童童年的關係有關。所以不管在心理或是身體方面的健康，對於成長中的孩子都是很重要的，因此幼兒能積極的參與休閒活動與其生、心理的健康

有正面的相關性。

另外學者蔡特龍（2000）認為休閒運動是一種動態性的身體活動，對於個人的身心健康、生活情趣以及人際關係的建立，較其他靜態的休閒活動更具有功能性。所以兒應該多多增加活動性較多的戶外休閒活動，倘若較少從事運動性的戶外活動，兒童肥胖的問題仍是無法改善，所以兒童應該多多增加活動性較多的戶外休閒活動為主，並減少坐式的休閒活動、降低兒童身體脂肪、增加肌肉體積、提升新陳代謝，以達成體適能的提升。

就謝筑虹（2005）對 243 位幼兒家長之研究結果得知，家長平均每週和幼兒從事親子休閒運動之頻率在每週 1 次（含）以下者，佔了 68.8% 就此結果也顯示了，家長陪伴孩子參與休閒活動比率較低。另外謝筑虹的研究發現在 243 份問卷分析出，主要參與幼兒親子休閒運動的家長中，以母親的人數居多，計有 132 人（54.3%）；父親為 111 人（45.7%）。因此，本研究想進一步了解父親、母親或是父母親一起參與休閒活動的情況。

此外國內外針對親子休閒活動的相關研究其實並不多，本篇研究則是對於國小一年級及二年級跟父母親參與休閒活動進行探討，期望能為親子參與休閒活動做一些貢獻，也可做為學校對於未來規劃休閒活動體驗的參考。

二、研究目的

基於上述的研究背景與研究動機，本研究列出下列各項研究目的：

- （一）瞭解親子參與戶外休閒活動的現況。
- （二）比較不同背景變項的親子分別在戶外休閒活動參與動機、參與效益、參與阻礙及參與行為的差異。
- （三）探討親子的戶外休閒活動參與動機、參與效益及參與阻礙對參與休閒活動行為的預測。

三、名詞解釋

- （一）背景變項：在本研究中是指帶領子女參與戶外休閒遊憩活動的是父親、母親或是父母一起帶領，共分為三種類型。
- （二）戶外休閒活動參與動機：本研究是指個人參與休閒活動是為了「親子關係」及「健康適能」的追求。在本研究中是以受試者在「戶外休閒活動參與動機量表」上的得分表示之，分數越高者表示其參與動機越高。
- （三）戶外休閒活動參與效益：本研究是指在參與休閒活動的過程中，可以幫助參與者獲得「休閒效益」及「學習效益」。在本研究中是以受試者在「戶外休閒活動參與效益量表」上的得分表示之，分數越高者表示其



參與動機越高。

(四) 戶外休閒活動參與阻礙：本研究是指任何抑制個人參與某種類型的休閒活動、減少參與的時間及妨礙個人獲得愉悅感之所有原因，共分為「人際阻礙」、「結構阻礙」及「個體阻礙」。在本研究中是以受試者在「戶外休閒活動參與阻礙量表」上的得分表示之，分數越高者表示其參與動機越高。

(五) 參與戶外休閒活動行為：在本研究中是指父母每週帶領學童參與戶外休閒活動的行為，其計算公式為：參與戶外休閒活動行為 = 戶外休閒活動的平均次數 × (戶外休閒活動的平均強度 + 戶外休閒活動的平均時間)。得分越高者，表示參與戶外休閒活動越多；得分越低，則反之。

貳、方法

一、研究對象

本研究採立意取樣方式，以南投縣市國小低年級（一、二年級）學童的父母為研究對象，有關國小家長樣本部份，委請國小一、二年級的導師協助發放問卷給幼童家長填寫，填寫問卷的人是以帶領子女參與戶外休閒遊憩活動的父母（父親、母親、父母一起）。假如主要帶領的是父親，本研究的問卷就由父親作答，若是主要由母親帶領子女參與戶外休閒活動，則由母親填寫，若大部份都由父母一起帶領時，則由父母共同討論後作答，共計發放 500 份問卷，回收數量扣除無效問卷後，共得 400 份有效問卷，有效回收率為 80%。

二、研究工具

本研究所要用的研究工具有「戶外休閒活動參與動機量表」、「戶外休閒活動參與效益量表」及「戶外休閒活動參與阻礙量表」，並以李克特五等量表以（1~5）的認同程度，分數越高表示認同的程度越高，題項內容如下：

（一）戶外休閒活動參與動機量表

本量表是參考謝筑虹（2005）編製的親子休閒運動動機量表，此量表分為四個部分：1. 親子關係需求：係指家長主觀地認知參與親子戶外休閒遊憩，對於個體本身和幼兒之間在增進親子互動、情感及成長經驗等的評估。2. 社會需求：係指家長主觀地認知參與親子戶外休閒遊憩，是受到社會性理由影響或欲培養幼兒適應群體生活等內容的評估程度。3. 健康適能需求：係指家長主觀地認知參與親子戶外休閒遊憩，對於個體本身或是幼兒在增進身體健康、體能及紓解壓力等利益的評估程度。4. 智力需求：係指家長主觀地認知參

與親子戶外休閒遊憩，對於個體本身或是幼兒在獲得學習、創造、興趣、自信心等經驗的評估程度。原始題目共有 43 題。採李克特的五點量尺型式，5 非常同意、4 同意、3 沒意見、2 不同意、1 非常不同意。

本研究以探索性因素分析進行各構面的考驗，以主軸法萃取因素，並以最大變異法進行直交轉軸。每題的因素負荷量至少要達 0.4 才予以保留。若有跨因素的題目就予以刪除（在兩個因素其因素負荷量都達 0.4 以上者）。其次，若有題目跑到其他的構面，本研究亦將這些題目刪除，所得結果變成兩個分量表：健康適能需求（5 題）及親子關係需求（5 題），全量表解釋的變異量為 62.87%。健康適能需求的內部一致性係數 Cronbach's α 為 0.79，親子關係需求的 Cronbach's α 則為 0.89。

（二）戶外休閒活動參與效益量表

本研究參考呂惠富（2008）所編製的「休閒效益關係量表」及鮑敦瑗、張允熙、陳銘嘉（2011）編製的「親子活動參與效益量表」，將效益的部分共分為五個構面來進行研究：1. 休閒性效益：係指親子參與戶外休閒活動所得到的休閒性效益。2. 健康性效益：係指親子參與戶外休閒活動所得到的健康性效益。3. 學習性效益：係指親子參與戶外活動所得到的學習性效益。4. 情感性效益：係指親子參與戶外休閒活動所得到的情感性效益。5. 交流性效益：係指親子參與戶外休閒活動所得到的交流性效益。本量表採李克特的五點量尺型式，5 是非常同意、4 是同意、3 是沒意見、2 是不同意、1 為非常不同意。

本量表仍然採探索性因素分析進行各構面的考驗，以主軸法萃取因素，並以最大變異法進行直交轉軸。最後得到兩個因素：學習性效益（6 題）及休閒性效益（4 題）。全量表解釋的變異量為 69.17%。學習性效益的 Cronbach's α 為 0.92，休閒性效益的 Cronbach α 則為 0.80。

（三）戶外休閒活動參與阻礙量表

本研究參考謝虹筑（2007）編製的「親子休閒運動阻礙因素量表」，此量表分為：1. 人際阻礙：係指家長參與親子戶外休閒活動，是受到人與人之間相互影響的結果。2. 結構阻礙：係指影響家長參與親子休閒活動的外在因素。3. 個體阻礙：係指由於家長個人本身的態度與狀況而影響其參與親子戶外休閒活動的因素。本量表也是採李克特的五點量尺型式，5 是非常同意、4 是同意、3 是沒意見、2 是不同意、1 為非常不同意。

本研究仍然採探索性因素分析進行各構面的考驗，以主軸法萃取因素，並以最大變異法進行直交轉軸。所得結果為：



1.結構阻礙(6題);2.人際阻礙(3題)。3.個體阻礙(3題)。全量表解釋的變異量為78.99%。結構阻礙的Cronbach's α 為0.93, 人際阻礙的Cronbach's α 則為0.91, 個體阻礙的Cronbach's α 為0.89。

三、研究步驟

本研究首先是蒐集相關的文獻資料,了解研究背景,並撰寫研究動機。依據相關文獻及研究動機提出本研究目的、架構及擬出研究設計。其次是編製本研究所需的三個量表,確認各項量表的信度與效度皆能符合各項指標後,即進行施測。在施測前,先到預定要施測的班級請導師協助幫忙發放,並由研究者統一說明作答的方式,減少施測時所造成的誤差。這期間若是家長有不了解的地方,可請家長以電話聯繫。等所有的資料都蒐集後,即建立資料檔並做各項的統計分析。各項分析的結果編製統計摘要表,並對結果提出解釋與討論。最後是針對本研究做出結論與建議。

四、資料處理

- (一)以次數分配了解研究目的的一的問題。
- (二)以獨立樣本單因子變異數分析考驗研究目的二的問題。
- (三)以多元逐步迴歸分析驗證研究目的三的問題。
- (四)本研究各項統計考驗之顯著水準均訂為 $\alpha=.05$ 。

參、結果

一、親子參與戶外休閒活動的現況

由於現代的家庭有不少是屬於雙薪家庭,是現代社會經常有的現象。但也因為夫婦都要上班,平常忙於工作,假日就想要好好休息。假如小孩適值就讀國小階段,正是精力充沛,很想到戶外做一些活動,有的家庭就由父親、母親或是父母一起陪同小孩出去做一些比較輕鬆的休閒活動。依照本研究的調查發現,父母一起陪同孩子參與戶外休閒活動的次數最多(214次),其次是母親(141次),最少的是父親(45次)。

若是以次多陪同孩子參與戶外休閒活動的情形而言,母親有181次,其次是父母一起的有125次,父親有95次。最少陪小孩參與戶外休閒活動的為父親是260次,母親是78次,父母一起是61次。

為何父親參與的情形是三者中最少的?雖然父親也想和家人一起活動,但是因為工作上的關係,加班、應酬有時無法讓父親有空餘的時間和家人在一起活動。在傳統上,常有男主外,女主內的習慣。而且在服務機構中,男性擔任主管的機會也比較多,因此投入在工作上的時間也就增加很多。

相對的,女性要擔任高階主管的機會較少,有時會因女性懷孕、生產的關係,升遷的機會較少,因此可正常下班,因而有較多機會陪小孩參與活動。

王舒芸(1995)認為現代男性在扮演親職角色時雖然大幅度打破男主外、女主內的二分法之局面,但是他們在照顧子女時仍然扮演「選擇性育兒角色」,多數父親可以選擇他什麼時候「想」或「可以」照顧子女,可以選擇他想「幫忙」的育兒活動,或「決定」他要參與的程度有多深。因此,育兒、家務的工作多半還是落在女性身上。

然而許多研究指出父親對子女的影響力相當深遠,在子女的學習成就表現和幸福感受是舉足輕重(陳秀如,2001;謝青儒,2002;謝明華,2003)。所以子女的教養問題應該要父母一同來努力才能發揮最大效果,尤其是在成長中的孩子,父母親陪伴參與休閒活動是子女在未來身心發展上都能獲得較好的效果,依研究的結果發現父親參與次數最少,這也是值得省思的問題。

二、不同背景變項在戶外休閒活動參與動機的差異比較

表一是父親、母親及父母一起在參與動機的變異數分析摘要表,由結果得知,只有「親子關係需求」的差異達顯著水準。進一步以薛費法(Scheffe' method)進行事後比較,結果發現父母一起較母親一人有較高的親子關係需求(23.72 vs. 23.08)。

表一 父親、母親及父母一起在參與動機的變異數分析摘要表

變項	組	別	人數	平均數	標準差	F 值	p 值
親子關係	父	親	45	23.20	2.05	4.20*	.016
	母	親	141	23.08	2.33		
	父母一起		214	23.72	1.98		
健康適能	父	親	45	20.27	2.77	2.75	.065
	母	親	141	21.28	2.98		
	父母一起		214	21.33	2.71		

* $p<.05$

Zabrike and McCormick (2001) 的研究顯示,經由家庭成員共同參與的活動會帶來更多的家庭互動。從事家庭休閒活動可以促進家庭凝聚、夫妻關係以及親子關係的發展。Wold and Anderssen (1992) 的研究結果顯示:父母、朋友與兄弟姐妹若有參與身體活動,該學童會受其影響,也會積極地參與活動,直到成年時期。這些研究結果都說明了經由家長一起帶動參與的動機越強,對於影響兒童的未來學習或是家庭本身都有很大的幫助。研究結果在「健康適能需求」參與動機需求構面上無顯著差異,大概是因為本研究為國小一、二年級



的家長，所以在此階段的學童較不需要特別關注所致。

三、不同背景變項在戶外休閒活動參與效益的差異比較

表二是父親、母親及父母一起在參與效益的變異數分析摘要表，由結果得知，父母一起較母親一人有較高的休閒效益，其餘各組之間則無差異存在。

表二 父親、母親及父母一起在參與效益的變異數分析摘要表

變項	組別	人數	平均數	標準差	F 值	p 值
休閒 效益	父 親	45	17.96	2.10	3.70*	.026
	母 親	141	18.25	1.86		
	父母一起	214	18.63	1.61		
學習 效益	父 親	45	25.60	4.09	0.05	.954
	母 親	141	25.60	3.67		
	父母一起	214	25.72	3.60		

* $p < .05$

Carson (1994) 認為幼兒若是肢體活動能早一點接受刺激，也是提供未來遊戲、運動甚至日常生活良好適應能力的基礎。張孝銘 (1998) 在休閒與社會互動探討中提到，家庭成員的親密互動關係，是其它團體無法取代的，也是個人社會化過程最重要的因素。在家庭成員的互動上，親子參與戶外休閒活動會增加家庭成員的互動性，相對的也是達到休閒性效益的主要途徑。

四、不同背景變項在戶外休閒活動參與阻礙的差異比較

表三是父親、母親、父母一起在參與阻礙的變異數分析摘要表，由結果得知，父親、母親、父母一起在參與阻礙的差異比較方面，沒有任何兩組有差異存在。

表三 父親、母親、父母一起在參與阻礙的變異數分析摘要表

變項	組別	人數	平均數	標準差	F 值	p 值
人際 阻礙	父 親	45	6.96	2.80	2.69	.069
	母 親	141	6.82	2.65		
	父母一起	214	6.26	2.47		
結構 阻礙	父 親	45	18.42	4.64	2.39	.093
	母 親	141	17.27	5.64		
	父母一起	214	16.56	5.53		
個體 阻礙	父 親	45	9.53	2.55	2.74	.066
	母 親	141	8.84	2.93		
	父母一起	214	8.49	2.78		

江中皓、周靈山、吳運全、林秀穗 (2000) 在回顧文獻探討的結果後，認為良好的親子互動休閒關係對孩童成長與教育有正面的作用。陳鏡清 (1997) 認為家庭成員應把握共

有的閒暇時間來從事休閒活動，不僅能增進親子關係，加強家庭成員間的團結，更可以透過活動灌輸正確的待人處事的道理。Shaw (1999) 與 Shaw and Dawson (2001) 的研究發現，對於父母來說，參與家庭休閒活動具有極高價值，因為父母親利用家庭休閒參與活動，間接或直接增加家庭溝通協調，並且認為可以藉此增進孩子的身體健康以及培養良好的道德。Zabriskie and McCormick (2001) 的研究顯示，經由家庭成員共同參與的活動會帶來更多的家庭互動；其更進一步地指出，從事家庭休閒活動可以促進家庭凝聚、夫妻關係以及親子關係的發展。本研究不管是父親、母親、父母一起在休閒阻礙方面都沒有差異，這表示目前為止，孩童的成長還沒有受到家裡長輩無法陪同參與休閒活動的不良影響。

五、不同背景變項在戶外休閒活動參與行為的差異比較

表四是父親、母親及父母一起在參與行為的變異數分析摘要表，由結果得知，父親、母親、父母一起在參與行為上是有差異的。進一步以薛費法做事後比較，結果顯示父母一起的參與行為高於母親及父親的參與行為 (17.64 vs. 13.96, 12.89)。而母親的參與行為和父親的參與行為則無差異。

表四 父親、母親及父母一起在參與行為的變異數分析摘要表

變項	組別	人數	平均數	標準差	F 值	p 值
參與 行為	父 親	45	12.89	4.07	35.59*	.001
	母 親	141	13.96	3.51		
	父母一起	214	17.64	5.46		

* $p < .05$

國內學者 (王禎祥, 2003; 黃富順, 1973) 指出父母、朋友是國小學童從事休閒活動時最重要的參考團體。國小學童得到重要參考團體的支持度愈高，其休閒參與狀況愈好。張君如、楊仁仁、李佳玲 (2008) 以國小學童為研究對象，研究結果發現在主觀規範方面，依平均數來看以「家人」具有最高的影響力，其次依序為「學校社團」、「大眾媒體」、「同學或朋友」、「老師」、「報章雜誌」。可見家人會影響國小學童休閒參與行為的意向。因此，若學校想要提升學童的休閒參與行為，應先建立父母正確的休閒觀念，或多舉辦親子互動性的休閒活動，並鼓勵父母一同參與。

六、戶外休閒活動參與動機、休閒效益及休閒阻礙對休閒活動參與行為的預測

由於父母一起參與孩童休閒活動的行為高於母親或父親單獨參與孩童的休閒活動行為，因此在進行戶外休閒活動的參與動機、休閒效益及休閒阻礙對參與行為的預測時，就分



成兩組進行預測。也就是分成父母一起的為一組，另外就是母親和父親合併為一組。

表五是父母為一組進行親子關係、健康適能、休閒效益、學習效益、人際阻礙、結構阻礙、個體阻礙預測參與行為的結果。本研究是以多元逐步迴歸分析來探討預測變項對效標變項的預測情形。由結果得知，七個預測變項只有個體阻礙可以有效預測參與行為，其累積決定係數只有 0.02，亦即個體阻礙可以預測參與行為只有 2%。在應用的價值上，其意義並不大。為何父母的親子關係、健康適能、休閒效益、學習效益、人際阻礙、結構阻礙這幾個變項無法預測父母參與子女的戶外休閒活動的行為，有可能是現代的父母都是雙薪家庭，子女下課時通常父母都還在上班，因此就將子女送到安親班，等父母下班後再去接子女回家。父母能和子女到戶外做休閒活動的時間頂多是假日時才有空。但有的父母在假日時也會有一些應酬活動，也無法都一直能陪子女參與戶外休閒活動。因此，以上七個變項和參與行為的相關就偏低，當然就無法預測其參與行為了。

其次是將父親和母親的親子關係、健康適能、休閒效益、學習效益、人際阻礙、結構阻礙、個體阻礙與進行合併，然後預測其參與行為。由於父親與母親合併後的親子關係、健康適能、休閒效益、學習效益、人際阻礙、結構阻礙、個體阻礙與參與行為都是低相關，結果顯示沒有一個預測變項可以有效預測參與行為。

肆、結論

一、本研究的結論

國小一、二年級的學童與父母一同參與戶外休閒遊憩活動的情形最多，其次是只有母親參與，最少的是只有父親參與。

比較父親、母親及父母一起參與孩子休閒活動的動機方面，結果得知，父母一起較母親一人有較高的親子關係需求。父親、母親和父母一起在參與效益的差異比較方面，結果顯示只有休閒性效益一項有差異存在。再以薛費法進行事後比較，結果顯示沒有任何兩組有差異存在。在參與阻礙的差異比較方面，結果得知，只有人際阻礙一項的差異達到顯著水

準。再以薛費法進行事後比較，發現並沒有任何兩組有差異存在。父母一起參與子女在戶外休閒活動行為的得分均高於只有母親或父親的參與行為，由此可知，當父母能一起參與子女的戶外休閒活動行為時，小孩的興緻就比較高，參與行為也較投入。

本研究分別以父親、母親及父母一起時的親子關係、健康適能、休閒效益、學習效益、人際阻礙、結構阻礙、個體阻礙對子女參與戶外休閒活動的行為進行預測。結果顯示父母一起時，只有個體阻礙可以有效預測子女的參與行為，其累積決定係數為 0.02，亦即個體阻礙預測參與行為只有 2%。雖然此個體阻礙對參與行為的預測力在統計上達到顯著水準，但在應用價值上其意義並不大。而父親和母親的親子關係、健康適能、休閒效益、學習效益、人際阻礙、結構阻礙、個體阻礙對子女的預測，沒有一個預測變項達到顯著水準。

二、研究結果應用的建議

(一) 學校方面可將親子關係需求納進休閒活動設計的參考

親子關係需求是家長參與兒童親子休閒活動運動主要的動機因素構面，也是家長最重視的，因此未來如要辦理相關活動之企劃時，可依此為規劃的主要參考方向，在活動設計上也可以以親子關係需求為主要設計內容，比如運動會可以以國小低年級為主，設計親子競賽項目，增加親子參與的機會等等

(二) 親子相關業者可規劃適合全家人都能參與的親子休閒活動

本研究之調查顯示，參與親子戶外休閒活動的人，以父母一起參與的比例最高。因此未來在從事戶外休閒活動的安排上，可建議規劃多元化、樂趣化且適合全家人能一同參與之戶外休閒活動體驗，進而達成父母所期望兒童學習體驗到的休閒性效益及學習性效益。

(三) 政府可多加推廣家長參與親子戶外休閒活動運動的風氣

表五 親子關係、健康適能、休閒效益、學習效益、人際阻礙、結構阻礙、個體阻礙與參與行為的多元逐步迴歸分析摘要表

選入順序	預測變項	原始分數迴歸係數	標準分數迴歸係數	累積決定係數	t 值	p 值
1	個體阻礙	-0.29	-0.15	0.02	16.92*	.001
2	截距	20.17				

* $p < .05$



各級政府在親子教育方面需要努力推廣，多宣導家長參與親子休閒活動的好處。研究結果顯示父親參與子女活動程度較低，可多加提倡相關親職課程免費參加，藉此也許能多提倡鼓勵父親的參與意願。政府也可以親子戶外休閒活動為主要宣導方向。比如南投地區每年都會舉辦「稻草文化節」的系列活動設計，可讓親子休閒活動更加活絡。其所舉辦的活動有滾泥巴比賽、做稻草人、推滾稻草等等。系列活動兼顧到人文藝術，也活絡親子休閒，此類的休閒活動透過媒體等宣導來增加民眾參與活動的意願，並提供民眾參與的相關訊息，以增加其參與的頻率，如此一來既能推廣親子教育，又能推展藝術人文休閒一舉兩得。

(四) 政府應積極設置或開放可供休閒活動的場地

我們推論兒童較常進行戶外休閒遊憩的場所為學校、運動公園、河堤公園為較常見，因此除了學校能配合民眾的需求開放運動設施、場地及延長使用時間外，也希望政府基於推動全民運動及親子教育的政策方向，增設社區公園簡易運動場之遊戲設施之興建，讓民眾方便對於家長及兒童等參與戶外休閒活動的提高，並投入實際參與的行列。

(五) 提升家長參與親子戶外休閒遊憩動機並降低阻礙因素的干擾

在本研究中，家長認為在參與親子休閒運動阻礙中以「結構阻礙」及「個體阻礙」的影響最大，這或許可從增強家長的參與動機來降低阻礙，由政府機關推動宣導及增設社區運動計畫，接下來就是結合休閒、體育、運動等相關科系的學生，設計兒童及家長能感興趣的活動，深入社區作親子戶外休閒活動相關活動的指導，比如公園內設置小型攀岩場由專業教練來開設推廣課程並且鼓勵家長陪伴，進而增加家長的參與程度等，這些類似的活動可以推動家長參與親子戶外休閒活動的興趣。

三、未來研究的建議

(一) 在研究對象方面

有關本研究中的背景變項只針對父親、母親或父母一起參與的為研究對象，因此呈現結果有部份是沒差異存在，相關文獻也較少，未來可以擴大到其他縣市進行研究，以擴大研究的範圍。

此外，研究結果也發現父親這個角色參與親子休閒活動的次數最少，未來也可針對父親進行深入分析，或是針對單親家庭及祖、以及新住民的孩童，進行戶外休閒參與的研究，例如：可先針對樣南投地區國小一、二年級家長參與戶外休

閒活動有更完整性的瞭解，再擴大到別的縣市，但因為研究文獻上較少，在蒐集參考資料上相對較為困難，這也是研究上需要克服的地方。

(二) 研究限制方面

本研究限於人力、時間，僅就 104 年 4~5 月間的親子參與戶外休閒活動參與情形作調查，但隨著季節的不同，參與的情形也會有所改變(如：如每年 4~5 月為霉雨季節可能會影響那些想帶兒童從事戶外休閒遊憩家長的參與意願)。因此未來可依不同季節的親子戶外休閒活動進行調查，以獲得更完整的資料。

(三) 在研究工具方面

本研究之量表在預測時，因素構面上的有些因素不足，因此建議未來透過質性研究的方法進行資料的蒐集，以擴大量表目的內容，並以更多的樣本來進行施測，期望量表能更加地穩定。

參考文獻

- 王舒芸 (1995)。父職角色養家者-養家者? 照顧者? **婦女與兩性研究通訊**, 41期, 23-28頁。
- 王禎祥 (2003)。臺北市國小學生參與休閒運動狀況與阻礙因素之研究。未出版之碩士論文, 台北市, 台北市立教育大學國民教育研究所。
- 江中皓、周靈山、吳運全、林秀穗 (2000)。城鄉學童休閒活動與親子間互動關係之調查研究。**大專體育學刊**, 2卷2期, 61-75頁。
- 呂惠富 (2008)。促銷活動對於運動鞋品牌評價及購買意願之影響。**休閒暨觀光產業研究**, 3卷1期, 1-14頁。
- 林晏惠 (1999)。豆豉健身房。台北市: 聯文出版社。
- 黃富順 (1973)。影響國中學生學習成就的家庭因素。未出版之碩士論文, 臺北市, 國立臺灣師範大學教育研究所。
- 陳秀如 (2001) 國小學生父親參與子女生活及學習相關活動之研究。未出版之碩士論文, 台中縣, 靜宜大學青少年兒童福利研究所。
- 陳鏡清 (1997)。傳統體育與休閒活動。**大專體育**, 33期, 115-121頁。
- 張孝銘 (1998)。休閒與社會互動。**大專體育**, 37期, 87-93頁。
- 張君如、楊仁仁、李佳玲 (2008)。中彰投地區國小學童休閒參與行為意向之研究。論文發表於2008年國際綠色與運動休閒管理學術研討會, 台中縣, 朝陽科技大學。



- 鮑敦瑗，張允熙，陳銘嘉（2011）。休閒活動參與動機與效益。《**休閒保健**》，6期，191-199頁。
- 蔡守浦（2002）。大專女性教師休閒運動行為及其影響因素之研究—以雲嘉南地區女性教師為例。台南市：供學出版社。
- 蔡特龍（2000）。大專院校運動會回顧與前瞻。《**大專體育**》，48期，14-18頁。
- 謝明華（2003）。國小學童之父親參與、幸福感及學業成就之相關研究。未出版之碩士論文，彰化縣，國立彰化師範大學教育研究所。
- 謝青儒（2002）。父母參與與子女性別角色概念、性格特質、幸福感及學業表現之相關研究，未出版之碩士論文，屏東縣，國立屏東教育大學教育心理與輔導學系碩士班。
- 謝虹筑（2005）。家長參與幼兒親子休閒運動之參與動機、阻礙因素及參與程度的程度。未出版之碩士論文，桃園縣，國立體育學院體育研究所。
- 謝虹筑（2007）。家長參與親子休閒運動三幼兒運動行為影響之初探。《**幼兒運動遊戲年刊**》，2期，41-45頁。
- Carson, R. (1994). Reducing cumulative trauma disorders: Use of proper workplace design. *Journal of American Association of Occupational Health Nurses*, 42(6), 270-276.
- Iso-Ahola, S. E., & Mannell, R. C. (1985). Social and psychological constraints on leisure. In M. G. Wade (Series Ed.), *Constraints on leisure* (pp. 111-151). Springfield, IL: Thomas.
- Kelly, J. R. (1978). Situational and social factors in leisure decisions. *The Pacific Sociological Review*, 21(3), 313-330.
- Shaw, S. W. (1999). Purposive leisure: Examining parental discourses on family activities. *Leisure Research*, 7, 21-34.
- Shaw, S. M., & Dawson, D. (2001). Purposive leisure: Examining parental discourses on family activities. *Leisure Sciences*, 23, 217-231.
- Taras, H. L. (1992). Physical activity of young children in relation to physical and mental health. In C. M. Hendricks. (Ed), *Young children on the grow: Health, activity, and education in the preschool setting* (pp.33-42). Washington, D.C.: Eric clearinghouse.
- Wold, B., & Anderson, N. (1992). Health promotion aspects of family and peer influences on sport participation. *International Journal of Sport Psychology*, 23(4), 343-359.
- Zabriskie, R., & McCormick, B. (2001). The influences of family leisure patterns on perceptions of family functioning. *Family Relations*, 50, 281-289.



A Study of Participative Motivations, Participative Benefits, Participative Constraints, and Participative Behaviors for Parent-Child Involving Outdoor Recreation Activities

Junn-Ming Wang¹, Jia-Hwei Lin²

¹Department of Leisure Business Management, Nan Kai University of Technology

²Department of Leisure Business Management, Nan Kai University of Technology (graduate student)

Abstract

The purposes of this study were: 1. to understand the current conditions of parent-child participating outdoor recreation, 2. to compare the differences of participative motivation, participative benefits, participative constraints and participative behavior among the parent-child participating outdoor recreation activities with different background variables, and 3. to explore the prediction of participative motivation, participative benefits, and participative constraints of parent-child participating outdoor recreation activities on participating outdoor recreation behaviors. The subjects were the parents whose children studying in the primary school (1st and 2nd.grade). All the subjects were administered by “the inventory of participative motivation in outdoor recreation activity”, “the inventory of participative benefits in outdoor recreation activity”, and “the inventory of participative constraints in outdoor recreation activity”. The collected data were analyzed by t-test (independent), one-way ANOVA (independent), and multiple stepwise regression analysis. The results were as the following: 1. The percentage of parents and their children participating in outdoor recreation activities, the highest involvement was the whole families, followed by the mother, the least was the father. 2. There were more demands in outdoor recreation activities for couples than mother only. 3. There was only 2% power on individual constraints to predict the children outdoor participation behaviors when their parents came in together. Conclusion of this study was that parents participating children’s outdoor recreation activities was the best way to increase children's participating in recreation behaviors.

Keywords: mental health, family recreation, leisure life

