

以計畫行為理論建構國中生休閒參與行為量表

蘇佳純¹ 黃庭鍾^{*2} 王敏男³

¹ 國立臺灣師範大學教育學系博士候選人

^{*2} 經國管理暨健康學院健康產業管理研究所助理教授

³ 經國管理暨健康學院健康產業管理研究所研究生

摘要

本研究旨在應用計畫行為理論 (Theory of Planned Behavior, TPB) 建構國中生參與健康休閒行為量表之編製，同時分析其適配程度。本研究以國中生為研究對象進行問卷調查，以隨機取樣方式發出問卷 880 份，回收有效問卷為 774 份，有效問卷回收率為 96.8%，問卷回收資料經由項目分析、信度分析、探索性因素分析及驗證性因素分析，測量題項則保留 47 個，而量表各層面之 Cronbach's α 係數均高於 0.7，全量表之 Cronbach's α 係數甚至達 0.9 以上，顯示其內部一致性高。本研究從計畫行為理論觀點著手，希望了解國中生從事休閒行為的主要原因，並進而提升國中生參與休閒活動機會，藉以提供學生家長、教師、學校與教育主管機關在輔導國中生或提供其參與休閒活動行為之建議。

關鍵字：國中生、休閒參與行為、行為意圖、量表建構

* 通訊作者

The Development of Leisure Joining Behavior Scale - A Case of Junior High School Students

Chia-Chun, Su¹ Tin-Chung, Huang^{*2} Min-Nan, Wang³

¹ Doctoral Candidate, Department of Education, National Taiwan Normal University

^{*2} Assistant Professor, Institute of Health Industry Management, Ching Kuo Institute of Management and Health

³ Graduate Student, Institute of Health Industry Management, Ching Kuo Institute of Management and Health

ABSTRACT

This study aims to apply Theory of Planned Behavior (TPB) to discuss junior high school students to participate in healthy recreational behavioral intentions. We also try to construct the scale of healthy leisure behavior scale of participation with junior high school students, besides to analyze its adaptation degree. In this study, the sample for the study was in a random sampling way with 880 questionnaires, and 774 valid questionnaires returned, the effective response rate was 96.8%. The questionnaires were collected data via item analysis, reliability analysis, exploratory factor analysis (EFA) and confirmatory factor analysis (CFA). It was measuring 47 questions of the reservation, and scales Cronbach's α coefficient various levels higher than 0.7, Cronbach's α coefficient of the total scale of even above 0.9, showing its high internal consistency. We used TPB to know the main reason for the junior high school students who engaged in leisure behavior. Thus to enhance the opportunities of junior high school students to participate in recreational activities, in order to provide the parents, teachers, schools and education authorities in coaching students or provide its recommendations acts involved in leisure activities.

Keywords: Junior High School Students, Leisure Participating Behavior, Behavior Intention, Scale Development

* Corresponding Author

壹、緒論

教育是國家繁榮和社會進步的原動力，行政院為因應世界潮流提升國際競爭力於1994年成立「行政院教育改革審議委員會」，全面推動教育改革，並從103學年度開始全面實施十二年國民基本教育，強調多元進路、適性發展、就近入學，以及讓學生習得帶著走的能力，其目的是為了減輕青少年的課業壓力，進而達到適性揚才的境界（教育部，2013）。政府自2001年開始全面實施週休二日，國中生課餘時間增加，也有更多完整時間享受休閒生活帶來的快樂和滿足。然而何謂休閒呢？休閒是人們在工作閒暇之餘，自由選擇參與某些活動，並且從中體驗到愉悅或樂趣，更進一步完成自我實現的行為（高俊雄，1996）。對國中生而言，從事健康休閒行為，能帶給他們許多的功能與益處，陳昭亨（2011）指出對青少年來說，參與休閒活動不僅能紓解課業壓力、減少負面情緒及偏差行為出現，還可以培養多方興趣以及達到多元學習目標。

參與休閒活動可以增進體能與健康，放鬆、紓壓得到心理上的滿足，刺激個體學習及充實知識，滿足個人感官的刺激與美感的需求，更能拓展人際關係獲得社交上幫助（Beard and Ragheb, 1980）。Wilkinson and Hansen (2006)指出，現今學生面臨繁重的課業與升學歷力，參與健康休閒活動的好處就是協助學生維護心理健康和情感平衡，並且促進個人發展。對於國中生而言，在面對不同形式的壓力時，若能參與有益身心健康的休閒活動，不僅能紓解壓力、減少偏差行為出現，還可以幫助發掘潛能、學習新的知能，達到多元學習目標。所以培養學生休閒規劃能力，學習釋放、轉化個人壓力，形成在生活中「帶著走」的休閒能力，進而從事适合自己能力及興趣的健康休閒行為是讓孩子快樂的重要方法之一。然而，休閒活動雖被重視，且有多元的正面功能，但國中生卻未必能參與，因此在了解國中生參與健康休閒行為的效益後，進一步探究影響國中生參與健康休閒行為的相關因素。有鑑於此，了解國中生參與健康休閒行為的現況為何，以便作為鼓勵學生參與健康休閒活動及發展務實休閒教育之參考。依據上述研究動機，本研究旨在運用Ajzen(1991)的計畫行為理論探討影響國中生參與健康休閒行為的相關因素，對各項構念的前置因素影響效果加以探討及分析並找出影響關鍵因素。

貳、文獻探討

休閒(leisure)一詞源於拉丁文licere，意指「被允許」(to be permitted) 或「自由」(to be free)；而licere又源自於希臘文schole，是指無拘無束的行動，或是擺脫工作之後所獲得的自由時間或從事的自由活動(翁錦鳳，2011)。張少熙 (2003) 將休閒定義為「個體在自由選擇的剩餘時間狀況下，得到心靈滿足的一種感覺與狀態」。休閒是扣除責任義務之自由時間，休閒是非工作性的活動，休閒是生活上的自我實現。若以時間來定義休閒，為扣除必需和義務時間後，可從事自由活動的時間，也就是「剩餘時間」的休閒觀；以活動來定義休閒，指在免去義務、責任後個人自由選擇的活動，以達到放鬆、解除緊繃生活壓力及提升生活品質等目的；以體驗來定義休閒，著重於個體的心靈態度，認為休

閒是為了體驗某種事物，並且藉由主觀的體驗，得到休閒所帶來的身心實質的感受；以行動來定義休閒，強調的是個體的存在感與實際行動。本研究歸納學者專家看法，將休閒定義為在個體主觀感受的自由時間裡，個人依興趣、喜好，自由選擇有益身心健康的各種正當活動，並從活動的過程中體驗到生命價值、發自內心的愉悅及滿足。

休閒是現代人生活很重要的部份，不僅可以降低生活中的壓力，幫助維持身心健康，同時也可以提高個人的幸福感。若能有效的利用休閒，不管是對個人的人格發展、工作效率、社會和諧、人類文明的提升，都有直接或是間接的裨益。高俊雄（2002）指出休閒的效益是指可以改善身心狀態和滿足需求的內容，包括：1.均衡生活體驗：紓解生活壓力、豐富生活體驗、調劑精神和情緒；2.健全生活內涵：維持健康體適能、啟發心思智慧、增進家庭親子關係、促進人際關係、關懷生活環境；3.提昇生活品質：欣賞創造真善美、肯定自我能力、實踐自我理想。Bloand（1987）針對青少年休閒活動提出八大功能：1.使學生有機會體驗成就；2.促進創造力與自我表達；3.使學生自我成長與定位；4.使學生能自我實現與發現個人的人生意義；5.發展個人特質；6.發展人際與社會技巧；7.達到維持心理健康；8.促進學業進步。綜上所述，休閒活動具有放鬆、生理、心理、社交、教育和美學等功能，能夠紓解生活壓力、促進身心健康，進而增加工作效率，發揮創造力；本研究是針對在學國中生，整理歸納出休閒活動在國中生求學成長歷程中具有以下功能：1.釋放壓力、鬆弛緊張，調適國中生身心健康減少偏差行為出現。2.發掘潛能、學習新的知能及肯定自我的能力。3.促進人際關係，達到社交互動的目的。4.認清自我、拓展自我，進而達到自我實現。5.健全身體，提昇體適能。6.增進親子互動，凝聚家庭情感。

休閒活動強調的是所從事之實質「活動」本身，而休閒參與則是聚焦於「參與」此行為。休閒參與的定義因研究觀點不同，其定義也有所不同，Ragheb and Griffith（1982）認為休閒活動參與是個體參與某種休閒活動的過程、頻率、心理體驗感受，或個體所參與的休閒活動類型。高俊雄（2002）定義休閒參與為參與活動的種類以及參與活動的頻率，且所參與的活動是非工作性質的活動，而這種活動是可以自由選擇的，是發生在個人的自由時間，不是義務性質的選擇或參與的。因此休閒參與是人們於可支配時間，依照自己的喜好主動參與某種休閒活動的行為，而此參與行為能帶給人們放鬆、愉悅、自我實現等身心方面之滿足（林冠穎，2008）。康琨枚（2011）認為「休閒參與」乃是在閒暇時間，基於個人內在動機驅使，進行適合本身興趣的各類活動，以獲得心靈滿足、維持個人生活上之自我肯定、擴大知識領域、激發個人創造力，進而促進生活品質的提昇。

Ajzen and Fishbein於1980年提出理性行為理論（Theory of Reasoned Action; TRA），以行為發生是基於行為態度和主觀規範影響行為意圖（Behavioral Intention），而使用行為意圖是預測個人行為的好方法（Ajzen & Fishbein, 1980）。但理性行為理論（TRA）在應用上涉及有些無法掌控的情形，造成解釋力較弱（Ajzen, 1991），透過研究修正為計畫行為

理論。計畫行為理論 (Theory of Planned Behavior; TPB) 認為行為意圖是受行為態度、主觀規範及行為控制認知等三構面的影響。行為態度表示個人對行為的態度；主觀規範表示受到其他個人或團體對於個人採取行為意見，與個人意願所決定；行為控制認知表示個人在採取行為時，對於所需機會、能力與資源的控制能力，或者反應出感受到內部或外部對行為限制 (Ajzen, 1991)。依Ajzen (1991; 2002) 理論各項說明如下：

(一) 行為態度 (Attitude toward the Behavior; AT)

行為態度是指個人對於表現特定行為的正面或負面評價，例如：好/壞、有利/不利、快樂/痛苦。個人是否採取某項行為的態度界定為：個人對於從事某項行為的心理層面感受，以及該行為可能產生結果的正面或負面評價。Fishbein and Ajzen (1975) 依照期望—價值理論發展態度的測量方式，即個人對從事該項行為的態度與行為後果，所導致該項結果的行為信念與結果評價兩層面來解釋個人行為表現的過程。所謂信念，就是個人意識到採取某項行為可能導致某些結果的信念，而評價就是對這些結果評價。

(二) 主觀規範 (Subjective Norm; SN)

主觀規範是指個人表現特定行為時，重要的他人或團體對個體之影響；主觀規範同時也隱含著個人從事某行為所預期到來自重要同儕或團體的社會壓力。上述之重要的他人或團體可視為參考群體，主觀規範可藉由個體與其參考群體之關聯程度來衡量，並將參考群體分為直接參考群體（如家人或朋友）及間接參考群體（如雜誌、書報等媒體）。同樣依據 Fishbein and Ajzen (1975) 發展主觀規範的測量方式，主觀規範的衡量可由規範信念 (Normative Belief; NB) 與順從動機 (Motivation to Comply; MC) 兩個層面的乘積所構成。所謂規範信念，是指對其有影響力的個人或團體認為是否應該採取某項行為的壓力或看法，而順從動機，則是指個人對其有影響力的個人或團體順從意願的強弱。

(三) 知覺行為控制 (Perceived Behavioral Control; PBC)

知覺行為控制是指個體欲表現一特定行為所需要的資源和機會之信念，或所知覺到的難易程度，對行為意向具有動機上的含意。知覺行為控制同時包含個人理性控制行為及非個人理性控制行為的概念。所謂控制信念，是指個人對於採取某項行為所擁有的資源、機會的多寡認知，而知覺強度，則是個人認為這些資源、機會對其行為的影響程度。當資源與機會愈多，而困難愈少時，則知覺行為控制也愈強。知覺行為控制能反映個人對實際的資源、機會等控制，所以能影響個人的行為意向外，也與行為意向能相同的影響實際行為。

(四) 行為意圖 (Behavior Intention; BI) 與使用行為 (Behavior; B)

行為意圖是個人欲從事某種行為的主觀機率判定，反映了個人於某一項特定行為的採行意願。在計畫行為理論的模式中，是由行為態度、主觀規範及知覺行為控制等共同決定個體行為意圖，該理論認為在有些時候行為態度、主觀規範或知覺行為控制等三構面之一即可決定行為意向，但有時候則是此三種因素同時影響意向。個人對某一行為的

意向愈強，代表愈有可能去從事該行為。以本研究而言，國中生個人認為從事健康休閒行為可以帶來好處（有正面的態度），父母家人也很希望他去從事健康休閒行為（有很強的主觀規範），但是若他沒有足夠的時間從事健康休閒行為（控制信念低），而時間因素對其能否從事健康休閒行為是十分重要的（便利性知覺高），那麼他會將時間因素視為阻礙，而深深影響其從事健康休閒行為意圖。

在有關知覺行為控制對行為的影響中，知覺行為控制不但是構成行為意圖的一項因素，能間接地對行為產生影響；它也可以不經由行為意圖，而直接影響行為之發生，Ajzen and Madden (1986) 分別從兩個層面來說明（熊鴻鈞，2009；張君豪，2008）：(1) 知覺行為控制對行為意圖具有動機上的含意 (Motivational Implications)：如果個人對某項行為抱持著正向態度，且重要參考對象也支持他採取這項行為，但若個人認為自身缺乏資源或機會去完成該項行為時，那麼他對採行該行為之意圖也就會跟著降低，此時，知覺行為控制對於行為的影響，就是透過意圖來「間接」的發揮作用。(2) 知覺行為控制也可能直接影響行為的產生，但須先滿足兩項前提：被預測之行為必須是非完全受意志所控制；以及知覺行為控制需能反應出個人對該項行為在某種程度上的實際控制。基於國中生從事健康休閒行為是不完全由意志可以控制的行為，因此，本研究選擇以計畫行為理論為研究核心，來探討影響健康休閒行為產生的相關因素。

參、研究工具與方法

本研究依據 TPB 的理論結構，及參考影響國中生休閒參與的相關文獻，建立起包括態度信念結構、主觀規範信念結構、知覺行為控制信念結構、與行為意圖信念結構等構念，此部分屬於模式中的潛在應變項。為增強模式的解釋力，Taylor and Todd (1995) 整理各學者的實證研究，認為將信念予以解構 (decomposition) 成多構面 (multidimensional) 的型態，除了能夠增強模式的解釋能力之外，更有助於了解信念與行為意圖間的特定關係，確知那些因素對於行為意圖具有較大的影響力 (轉引自范莉雯，2002)。因此本研究的研究結構，也將影響行為意圖的態度、主觀規範及知覺行為控制三個變項予以解構，以期能提高模式的解釋力，如圖 1 所示。

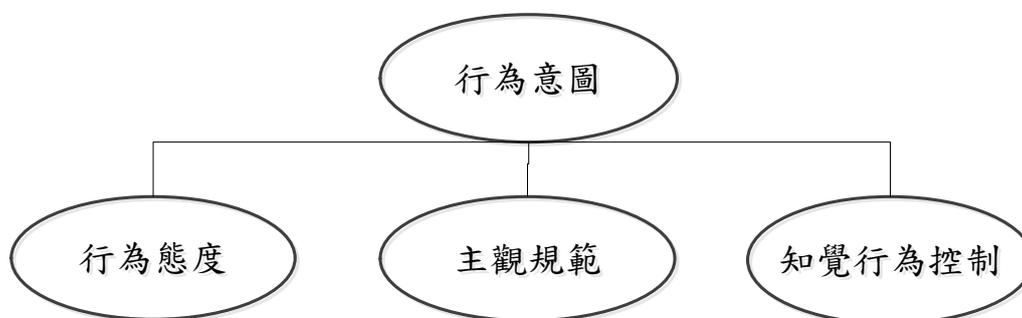


圖 1 行為態度、主觀規範、知覺行為控制與行為意圖之關聯性

其中，影響「態度」的因素分為『情感性信念』、『工具性信念』，影響「主觀規範」的因素分為『規範信念』、『順從動機』，影響「知覺行為控制」的因素分為『控制信念』、『便利性知覺』。本研究各變項操作型定義如表 1 所示。

表 1 各變項操作性定義與衡量題項

變項名稱	操作型定義
行為意圖	評估自己將來進行健康休閒行為的意願與可能性
行為態度	對於進行健康休閒行為可能導致結果機率與價值的主觀衡量
情感性信念	對於進行健康休閒行為可能導致結果之機率的主觀衡量
工具性信念	對於進行健康休閒行為可能導致結果之價值的主觀衡量
主觀規範	自覺重要的參考群體是否贊同其進行健康休閒行為的認同程度及個人自覺會依從重要參考群體意見的意願
規範信念	知覺重要他人或團體，對其進行健康休閒行為時所造成的壓力。
順從動機	進行健康休閒行為時，重要他人或團體對其所持期望順從意願。
知覺行為控制	進行健康休閒行為所能控制外在條件的主觀評量
控制信念	對所擁有資源、機會與阻礙多寡的主觀評量。
便利性知覺	對所擁有資源、機會與阻礙多寡對達成結果是否重要的主觀評量

資料來源：本研究彙整國內外各研究意見

為瞭解國中生從事健康休閒行為意圖的模式，本研究採用問卷調查法進行，以 103 學年度就讀於新北市板橋區公立國中（含完全中學附設國中部）七、八、九年級之在學男女學生為研究對象，根據新北市教育局統計資料，目前新北市板橋區共 10 所公立國民中學，學生總人數為 18,603 人（新北市教育局，2014）。礙於研究時間、經費及人力的限制，本研究樣本的選取方式，採用立意抽樣(purposive sampling)來進行研究調查，預計發放 800 份正式問卷。本研究預試與正式施測問卷以 Ajzen (1985) 所提出的計畫行為理論為架構，結合上述重要信念蒐集而來的測量題目，並考量本研究變數操作型定義及各變數解構之衡量基礎編製成預試問卷，彙整林俐嬭 (2012)、趙永潔 (2010)、熊鴻鈞 (2009)、張智銘 (2008)、及 Ajzen (1985) 的研究之調查問卷編製而成「國中生參與健康休閒行為意圖調查問卷」。本問卷除背景變項外，各構念量表均採用李克特式量表 (Likert scale) 五點量表計分，計分方式採正向計分法，分別給 5、4、3、2、1 等五個分數，各量表其衡量問項如下所示。

(一) 行為態度 (Attitude toward the Behavior; AT)

行為態度是指個人對於特定行為的正面或負面評價，例如：好/壞、有利/不利、快樂/痛苦。根據 Ajzen (1991) 的研究結果指出：行為態度可區分成情感性信念與工具性信念兩種。所以本研究參考上述分類，將行為態度架構分解為『情感性信念』與『工具性信念』。其衡量問項如表 2 所示。

表 2 行為態度量表相關題項內容

構面	構念	題號	題 項
行為態度	情感性信念	1	從事健康休閒活動讓我可以放鬆心情、紓解壓力。
		2	從事健康休閒活動讓我可以增加生活的新鮮感。
		3	從事健康休閒活動讓我可以跟家人和朋友建立更佳情誼。
		4	從事健康休閒活動讓我可以讓生活充滿活力。
		5	從事健康休閒活動讓我可以對自己很滿意。
		6	從事健康休閒活動讓我覺得生活有目標、有重心。
		7	從事健康休閒活動讓我可以排除無聊感。
	工具性信念	1	我認為參與健康休閒活動可以增進自己的體能。
		2	我認為參與健康休閒活動可以增廣見聞、開拓視野。
		3	我認為參與健康休閒活動可以擴展人脈、增進人際關係。
		4	我認為參與健康休閒活動可以提高學習效率。
		5	我認為參與健康休閒活動可以有利個人生涯發展。
		6	我認為參與健康休閒活動可以有益個人健康。
		7	我認為參與健康休閒活動可以體驗學以致用的樂趣。
		8	我認為參與健康休閒活動可以滿足成就感。
		9	我認為參與健康休閒活動可以學到新知識、新技能。

(二) 主觀規範 (Subjective Norm; SN)

主觀規範指個人表現特定行為時，重要的他人或團體對個體之影響；主觀規範同時也隱含著個人從事某行為所預期到來自重要同儕或團體的社會壓力。本研究主觀規範是指對重要他人認為他是否應該從事健康休閒行為所感受到的社會壓力，區分為規範信念以及順從動機二構面：(1) 規範信念：國中生進行健康休閒行為時重要他人會贊成或不贊成的程度。(2) 順從動機：國中生進行健康休閒行為時對於重要他人給予的意見。主觀規範量表相關內容，如表 3 所示。

表 3 主觀規範量表相關題項內容

構面	構念	題號	題 項
主觀規範	規範信念	1	我的父母贊成我參與健康休閒活動。
		2	我的家人贊成我參與健康休閒活動。
		3	我的老師贊成我參與健康休閒活動。
		4	我的同學贊成我參與健康休閒活動。
		5	大眾媒體贊成我參與健康休閒活動。
		6	社會風氣贊成我參與健康休閒活動。
		7	學者專家贊成我參與健康休閒活動。
	順從動機	1	我會聽從父母的意見，決定要不要參與健康休閒活動。
		2	我會聽從家人的意見，決定要不要參與健康休閒活動。
		3	我會聽從老師的意見，決定要不要參與健康休閒活動。
		4	我會聽從同學的意見，決定要不要參與健康休閒活動。
		5	我會依從大眾媒體的意見，決定要不要參與健康休閒活動。
		6	我會依從社會風氣的意見，決定要不要參與健康休閒活動。
		7	我會依從學者專家的意見，決定要不要參與健康休閒活動。

(三) 知覺行為控制 (Perceived Behavioral Control; PBC)

知覺行為控制指個體欲表現特定行為所需要的資源和機會信念，或所知覺到的難易程度，對行為意圖具有動機上的涵義。知覺行為控制操作型定義由控制信念和便利性知覺構成，相關操作型定義內容為：(1) 控制信念：國中生進行健康休閒行為時，對其個人所擁有的資源、機會或阻礙多寡之認知。(2) 便利性知覺：國中生進行健康休閒行為時，針對擁有的資源、機會或阻礙對其休閒參與的影響程度。知覺行為控制量表相關內容，如表 4 所示。

表 4 知覺行為控制量表相關題項內容

構面	構念	題號	題 項
知覺行為控制	控制信念	1	我的身體狀況會影響我參與健康休閒活動的決定。
		2	有沒有自信心，會影響我參與健康休閒活動的決定。
		3	我有足夠零用錢，會影響我參與健康休閒活動的決定。
		4	我有足夠的資訊可供參考，會影響我參與健康休閒活動的決定。
		5	我有安全的環境，會影響我參與健康休閒活動的決定。
		6	我的家庭狀況允許，會影響我參與健康休閒活動的決定。
	便利性知覺	1	朋友或同學邀我一起參加，對於我參與健康休閒活動是重要的。
		2	充裕的空間時間，對於我參與健康休閒活動是重要的。
		3	天氣好壞，對於我參與健康休閒活動是重要的。
		4	活動地點離住家遠近，對於我參與健康休閒活動是重要的。
		5	活動是否需要花錢，對於我參與健康休閒活動是重要的。
		6	交通便利，對於我參與健康休閒活動是重要的。
		7	休閒活動中有我想學的項目，對我參與健康休閒活動是重要的。
		8	休閒活動是目前流行的項目，對我參與健康休閒活動是重要的。

(四) 行為意圖 (Behavior Intention; BI)

行為意圖是個人欲從事某種行為的主觀機率判定，反映了個人於某一項特定行為的採行意願。國中生進行健康休閒行為意圖包含參與休閒活動的可能性與意願，以非常符合~非常不符合，五點量尺分別給予 5~1 分。相關內容如表 5 所示。

表 5 行為意圖量表相關題項內容

構面	題號	題 項
行為意圖	1	一個月內，我需要從事健康休閒活動。
	2	一個月內，我願意從事健康休閒活動。
	3	一個月內，我會計畫從事健康休閒活動。

肆、資料分析與發現

本問卷進行的信度考驗，以內部一致性係數 Cronbach's α 為各分量表進行考驗，所得的 α 係數越高，則代表其測驗的內容越趨於一致。內部一致性係數究竟要多大，才表示測驗的分數是可靠的，根據吳明隆(2014)提出的觀點，一份信度係數佳的量表，其總量表的信度係數最好在 0.80 以上，而分量表其信度係數最好在 0.70 以上，若是在 0.60 至 0.70 之間，還可以接受使用，本研究各分量表及總量表的信度係數均達標準值，如表

6，可見本量表建構的內部一致性符合理想標準。

表 6 本研究量表之信度摘要表

構面	題數	Cronbach's α	分量表	題數	Cronbach's α
行為態度	16	0.926	情感性信念	7	0.868
			工具性信念	9	0.891
主觀規範	14	0.878	規範信念	7	0.899
			順從動機	7	0.865
知覺行為控制	14	0.828	控制信念	6	0.687
			便利性知覺	8	0.749
行為意圖	3	0.848	總量表	47	0.898

本研究以 Kaiser-Meyer-Olkin(KMO)來檢定取樣的適切性。若 KMO 值愈大，表示變項間的共同因素愈多，愈適合進行因素分析，據學者 Kaiser (1960) 觀點，KMO 值小於 0.5，不適合進行因素分析，本研究預試之態度量表(包含工具性信念、情感性信念)、主觀規範量表(包含規範信念、依從動機)、知覺行為控制量表(控制信念、便利性知覺)及行為意圖量表的 KMO 值分別高於 0.6 以上，且 Bartlett 球形考驗均達顯著，表示適合因素分析，如表 7。

表 7 預試球形考驗與取樣適切性量數檢定摘要表

問卷各分量表	KMO取樣適切性量數	Bartlett球形考驗
行為態度	0.785	469.749***
情感性信念	0.818	154.75***
工具性信念	0.766	212.208***
主觀規範	0.698	406.066***
規範信念	0.738	207.671***
順從動機	0.802	152.145***
知覺行為控制	0.643	257.631***
控制信念	0.541	57.43***
便利性知覺	0.640	108.227***
行為意圖	0.701	61.939***

*** p<0.001

本研究問卷的填答均由單一受訪者自陳方式填寫，容易產生同源偏差（共同方法變異，CMV）。在事後資料偵測部份，本研究使用 Harman's 單因子檢定法進行探索性因素分析，其中第一個因子的解釋變異量為 23.975% (如表 8 所示)，顯示本研究問卷編排能降低 CMV 問題。

表 8 共同方法變異的探索性因素分析(EFA)

成分	初始特徵值			平方和負荷量萃取		
	總合	變異數的%	累積%	總合	變異數的%	累積%
1	14.864	23.975	23.975	14.864	23.975	23.975
2	4.553	7.343	31.318	4.553	7.343	31.318
3	4.381	7.066	38.384	4.381	7.066	38.384
4	3.280	5.290	43.675	3.280	5.290	43.675
5	2.703	4.360	48.034	2.703	4.360	48.034
6	2.550	4.112	52.147	2.550	4.112	52.147
7	2.393	3.859	56.006	2.393	3.859	56.006
8	1.939	3.127	59.133	1.939	3.127	59.133
9	1.853	2.989	62.122	1.853	2.989	62.122
10	1.417	2.285	64.407	1.417	2.285	64.407
11	1.242	2.004	66.411	1.242	2.004	66.411
12	1.146	1.849	68.260	1.146	1.849	68.260
13	1.084	1.749	70.008	1.084	1.749	70.008
14	1.052	1.696	71.704	1.052	1.696	71.704
15	0.990	1.597	73.301			

如表 9 所示，檢測結果發現並無全部題項均顯著達到負荷水準 0.5 以上，且此一因子驗證性分析模式值不佳；而將各構念分開，進行驗證性因素分析，模式較單一構面模式有較佳適配度，因此共同方法變異問題應不致於對本研究結果造成顯著的影響，顯示本研究無嚴重共同方法變異問題存在。

表 9 共同方法變異的驗證性因素分析(CFA)

行為態度(共 16 題)		主觀規範(共 14 題)		知覺行為控制(共 14 題)		行為意圖(共 3 題)	
題項	負荷量	題項	負荷量	題項	負荷量	題項	負荷量
AT_01	0.447	SN_01	0.483	PBC_01	0.28	BI_01	0.512
AT_02	0.449	SN_02	0.396	PBC_02	0.241	BI_02	0.552
AT_03	0.435	SN_03	0.423	PBC_03	0.403	BI_03	0.505
AT_04	0.387	SN_04	0.455	PBC_04	0.464		
AT_05	0.362	SN_05	0.505	PBC_05	0.437		
AT_06	0.512	SN_06	0.464	PBC_06	0.512		
AT_07	0.552	SN_07	0.437	PBC_07	0.552		
AT_08	0.505	SN_08	0.435	PBC_08	0.464		
AT_09	0.464	SN_09	0.449	PBC_09	0.437		
AT_10	0.437	SN_10	0.435	PBC_10	0.512		
AT_11	0.512	SN_11	0.387	PBC_11	0.552		
AT_12	0.552	SN_12	0.362	PBC_12	0.464		
AT_13	0.505	SN_13	0.512	PBC_13	0.437		
AT_14	0.464	SN_14	0.552	PBC_14	0.512		
AT_15	0.437						
AT_16	0.435						

$\chi^2=15032.31$, $DF=1214$, $\chi^2/d.f.=12.382$, $RMSR=1.143$, $GFI=0.259$, $AGFI=0.414$, $NFI=0.413$, $CFI=0.256$

項目分析主要目的在檢核量表個別題項的適切性與可靠性，和信度考驗的差別在於信度考驗是檢核整份量表或包含數個題項之次架構的可靠程度。本研究各項構念分量表，除刪除控制信念量表中第三題外，其餘各題項均符合判斷標準，因此加以保留，如表 10 至表 13 所示。

表 10 行為態度量表項目分析摘要

題 項	極端值 比較	題項與總分相關			同質性檢驗		未 達 標 準 數	保 留 與 否
	決斷值	題項與 總分相關	校正題項 與總分相關	題項刪除 後的 α 值	共同性	因素 負荷量		
AT_01	5.975***	.725***	.641	.852	.549	.741	0	保留
AT_02	7.408***	.812***	.735	.838	.679	.824	0	保留
AT_03	11.783***	.783***	.692	.843	.633	.796	0	保留
AT_04	11.783***	.853***	.788	.830	.751	.867	0	保留
AT_05	7.790***	.709***	.572	.862	.477	.691	0	保留
AT_06	11.223***	.773***	.662	.848	.573	.757	0	保留
AT_07	4.064**	.621***	.474	.873	.360	.600	0	保留
AT_08	5.268***	.691***	.612	.882	.490	.700	0	保留
AT_09	4.595***	.675***	.594	.883	.454	.674	0	保留
AT_10	4.738***	.634***	.528	.888	.385	.620	0	保留
AT_11	8.172***	.835***	.774	.868	.705	.840	0	保留
AT_12	6.577***	.738***	.647	.879	.547	.739	0	保留
AT_13	6.651***	.772***	.697	.875	.604	.777	0	保留
AT_14	7.445***	.784***	.714	.873	.630	.794	0	保留
AT_15	6.598***	.740***	.650	.879	.530	.728	0	保留
AT_16	6.770***	.704***	.615	.881	.492	.701	0	保留
判斷準則	≥ 3.00	$\geq .400$	$\geq .400$	$\leq .891$	$\geq .200$	$\geq .450$		

*** p<0.001

表 11 主觀規範量表項目分析摘要

題 項	極端值 比較	題項與總分相關			同質性檢驗		未 達 標 準 數	保 留 與 否
	決斷值	題項與 總分相關	校正題項 與總分相關	題項刪除 後的 α 值	共同性	因素 負荷量		
SN_01	5.847***	.727***	.632	.892	.527	.726	0	保留
SN_02	4.557***	.749***	.653	.890	.562	.750	0	保留
SN_03	6.341***	.817***	.740	.880	.672	.820	0	保留
SN_04	8.943***	.850***	.789	.875	.733	.856	0	保留
SN_05	4.793***	.766***	.681	.887	.587	.766	0	保留
SN_06	5.647***	.766***	.671	.888	.581	.762	0	保留
SN_07	8.294***	.849***	.772	.876	.713	.844	0	保留
SN_08	8.224***	.672***	.543	.859	.450	.671	0	保留
SN_09	7.467***	.831***	.748	.829	.707	.841	0	保留
SN_10	6.465***	.838***	.761	.828	.720	.849	0	保留
SN_11	5.785***	.780***	.690	.839	.625	.791	0	保留
SN_12	4.690***	.722***	.612	.849	.509	.714	0	保留
SN_13	3.509**	.671***	.548	.857	.430	.656	0	保留
SN_14	5.204**	.683***	.556	.857	.452	.672	0	保留
判斷準則	≥ 3.00	$\geq .400$	$\geq .400$	$\leq .865$	$\geq .200$	$\geq .450$		

*** p<0.001

表 12 知覺行為控制量表項目分析摘要

題 項	極端值 比較	題項與總分相關			同質性檢驗		未 達 標 準 數	保 留 與 否
	決斷值	題項與 總分相關	校正題項 與總分相關	題項刪除 後的 α 值	共同性	因素 負荷量		
PBC_01	4.268***	.507***	.322	.674	.258	.508	1	保留
PBC_02	4.410***	.664***	.481	.626	.461	.679	0	保留
PBC_03	4.143***	.577***	.278	.710	.186	.431	4	刪除
PBC_04	3.937**	.705***	.518	.610	.561	.749	0	保留
PBC_05	6.105***	.663***	.502	.623	.538	.734	0	保留
PBC_06	4.901***	.666***	.468	.628	.452	.673	0	保留
PBC_07	3.699**	.526***	.370	.736	.284	.533	1	保留
PBC_08	3.434**	.566***	.416	.728	.295	.543	0	保留
PBC_09	4.186***	.497***	.310	.748	.239	.488	1	保留
PBC_10	7.417***	.747***	.621	.686	.605	.778	0	保留
PBC_11	4.394***	.606***	.433	.725	.395	.628	0	保留
PBC_12	6.200***	.748***	.655	.691	.620	.788	0	保留
PBC_13	2.938**	.505***	.314	.748	.212	.460	2	保留
PBC_14	4.984***	.652***	.490	.714	.379	.615	0	保留
判斷準則	≥ 3.00	$\geq .400$	$\geq .400$	$\leq .865$	$\geq .200$	$\geq .450$		

*** p<0.001

表 13 行為意圖量表項目分析摘要

題 項	極端值 比較	題項與總分相關			同質性檢驗		未 達 標 準 數	保 留 與 否
	決斷值	題項與 總分相關	校正題項 與總分相關	題項刪除 後的 α 值	共同性	因素 負荷量		
BI_01	12.362***	.840***	.639	.863	.682	.826	1	保留
BI_02	8.018***	.897***	.783	.738	.832	.912	0	保留
BI_03	27.000***	.898***	.746	.762	.807	.898	0	保留
判斷準則	≥ 3.00	$\geq .400$	$\geq .400$	$\leq .848$	$\geq .200$	$\geq .450$		

*** p<0.001

依據 Anderson and Gerbing(1988)建議收斂效度分析準則、Bogozzi and Yi (1988)提出之驗證性因素分析評估標準及 Gefen, Straub and Boudreau (2000) 之適配度指標建議數據進行評量，整理得五項評估準則為：(1) 適配度指標 (GFI)、基準適配度指標 (NFI) 及比較適配度指標 (CFI) 高於 0.9，平均殘差平方根 (RMSR) 低於 0.05；(2)各指標之因素負荷量皆具顯著性；(3)各構面組合信度 (Composite Reliability; CR) 高於 0.7；(4) 平均萃取變異量 (Average Variance Extracted; AVE) 高於 0.5。在行為態度構面衡量中，GFI=0.973, NFI=0.975, CFI=0.983, RMSR=0.034，各衡量指標因素負荷量皆為顯著；行為態度量表之組合信度為 0.909，高於 0.7；平均萃取變異量為 0.504，稍微高於 0.5。整體而言，本研究行為態度量表收斂效度屬可接受範圍；而在主觀規範構面衡量中，GFI=0.996, NFI=0.998, CFI=0.998, RMSR=0.005，各衡量指標因素負荷量皆為顯著；主觀規範量表組合信度為 0.888；平均萃取變異量為 0.675，因此可見本研究主觀規範量表收斂效度大致良好。

至於知覺行為控制構面衡量，其 RMSR=0.005 低於 0.05，而 GFI=1.000, NFI=0.999, CFI=1.000 均高於 0.9，各衡量指標因素負荷量皆為顯著；知覺行為控制量表組合信度為 0.800；平均萃取變異量為 0.510。整體而言，本研究知覺行為控制量表收斂效度屬可接受範圍；而在行為意圖構面衡量中，其 RMSR=0.034 低於 0.05，而 GFI=0.973, NFI=0.975, CFI=0.983，各衡量指標因素負荷量皆為顯著；行為意圖整體量表組合信度為 0.987；平均萃取變異量為 0.949。整體而言，本研究知覺行為控制與行為意圖量表收斂效度屬良好。另在區別效度分析部分，依據 Gaski and Nevin(1985)提出檢定區別效度之二項準則：(1) 二構面間的相關係數小於 1；(2) 二構面的相關係數小於個別的 Cronbach's α 信度係數，表示此二構面具有區別效度。加上 Fornell and Larcker(1981)提出檢定區別效度準則：二構面的相關係數小於 AVE 之平方根，表示此二構面具有區別效度。本研究經資料分析整理後顯示各構面區別效度良好。

為確認量表各層面及所包含的題項如原先所預期，採用 AMOS 21.0 版套裝軟體進行驗證性因素分析 (confirmatory factor analysis, CFA)，用以衡量模式進行的適合度檢定，以檢定各構念是否具有足夠的收斂效度與區別效度。本研究之組合信度(composite reliability; CR)與平均萃取變異量(average variance extracted; AVE)乃參照吳明隆(2014)文中所示之公式進行計算，計算公式如公式(3)、(4)。

$$\text{組合信度} = \frac{(\sum \text{標準化因素負荷量})^2}{(\sum \text{標準化因素負荷量})^2 + \sum \text{測量誤差變異數}} \quad (3)$$

$$\text{平均萃取變異量} = \frac{\sum (\text{標準化因素負荷量})^2}{\sum (\text{標準化因素負荷量})^2 + \sum \text{測量誤差變異數}} \quad (4)$$

在參與健康休閒態度構念的衡量模式配適度指標中，GFI 為 0.910、NFI 為 0.886、CFI 為 0.900；三者中二者達到 0.9 的理想水準，NFI 為 0.886 稍低於理想水準，各因素負荷量皆達顯著水準，兩子構面的組合信度分別為 0.925 與 0.942，皆大於 0.6；兩子構面的平均萃取變異量分別為 0.673 與 0.643，皆大於 0.5，表示參與健康休閒態度的潛在變項收斂效度於可接受範圍；此外，兩子構面的平均萃取變異量的最小值為 0.643，大於兩子構面相關係數的平方(0.711)²，故潛在變項的區別效度亦符合要求，如表 14。

表 14 態度量表之因素分析及信度檢定表

量表問項	MLE的估計參數		組合信度	萃取變異量
	因素負荷量 (λ 或 γ)	衡量誤差 (ε 或 ζ)		
第一階				
情感性信念			0.925	0.673
1.從事健康休閒活動讓我可以放鬆心情、紓解壓力	0.840***	0.294		
2.從事健康休閒活動讓我可以增加生活的新鮮感	0.879***	0.227		
3.從事健康休閒活動讓我可以跟家人、朋友建立更佳情誼	0.756***	0.428		
4.從事健康休閒活動讓我可以讓生活充滿活力	0.847***	0.283		
5.從事健康休閒活動讓我可以對自己很滿意	0.846***	0.284		
7.從事健康休閒活動讓我可以排除無聊感	0.745***	0.445		
工具性信念			0.942	0.643
1.我認為參與健康休閒活動可以增進自己的體能	0.712***	0.493		
2.我認為參與健康休閒活動可以增廣見聞、開拓視野	0.821***	0.326		
3.我認為參與健康休閒活動可以擴展人脈、增進人際關係	0.778***	0.395		
4.我認為參與健康休閒活動可以提高學習效率	0.804***	0.354		
5.我認為參與健康休閒活動可以有利個人生涯發展	0.822***	0.324		
6.我認為參與健康休閒活動可以有益個人健康	0.796***	0.366		
7.我認為參與健康休閒活動可以體驗學以致用的樂趣	0.839***	0.296		
8.我認為參與健康休閒活動可以滿足成就感	0.814***	0.337		
9.我認為參與健康休閒活動可以學到新知識、新技能	0.821***	0.326		
第二階				
態度			0.916	0.846
情感性信念	0.911***	0.170		
工具性信念	0.928***	0.139		

註1：GFI=0.910, RMSEA= 0.093, NFI=0.886, CFI=0.900

註2：因素負荷量為標準化之值，***表 $p < 0.001$

參與健康休閒主觀規範構念衡量模式，GFI 為 0.691、NFI 為 0.672、CFI 為 0.656，三者稍低於理想水準。而各因素負荷量皆達顯著水準，兩子構面的組合信度分別為 0.919 與 0.921，皆大於 0.6；兩子構面的平均萃取變異量分別為 0.622 與 0.629，皆大於 0.5，表示參與健康休閒主觀規範的潛在變項收斂效度於可接受範圍；此外，兩子構面的平均萃取變異量的最小值為 0.622，大於兩子構面相關係數的平方 $(0.314)^2$ ，故潛在變項的區別效度亦符合要求，如表 15。

表 15 主觀規範量表之因素分析及信度檢定

量表問項	MLE的估計參數		組合信度	萃取變異量
	因素負荷量 (λ 或 γ)	衡量誤差 (ϵ 或 ζ)		
第一階				
規範信念			0.919	0.622
1.我的父母贊成我參與健康休閒活動	0.738***	0.455		
2.我的家人贊成我參與健康休閒活動	0.764***	0.416		
3.我的老師贊成我參與健康休閒活動	0.764***	0.416		
4.我的同學贊成我參與健康休閒活動	0.625***	0.609		
5.大眾媒體贊成我參與健康休閒活動	0.872***	0.240		
6.社會風氣贊成我參與健康休閒活動	0.878***	0.229		
7.學者專家贊成我參與健康休閒活動	0.847***	0.283		
順從動機			0.921	0.629
1.我會聽從父母的意見，決定要不要參與健康休閒活動	0.726***	0.473		
2.我會聽從家人的意見，決定要不要參與健康休閒活動	0.729***	0.469		
3.我會聽從老師的意見，決定要不要參與健康休閒活動	0.816***	0.334		
4.我會聽從同學的意見，決定要不要參與健康休閒活動	0.668***	0.554		
5.我會依從大眾媒體的意見，決定要不要參與健康休閒活動	0.880***	0.226		
6.我會依從社會風氣的意見，決定要不要參與健康休閒活動	0.876***	0.233		
7.我會依從學者專家的意見，決定要不要參與健康休閒活動	0.829***	0.313		
第二階				
主觀規範			0.862	0.758
規範信念	0.793***	0.371		
順從動機	0.942***	0.113		

註1：GFI=0.691, RMSR=0.087, NFI=0.672, CFI=0.656

註2：因素負荷量為標準化之值，***表 $p < 0.001$

在參與健康休閒知覺行為控制構念的衡量模式中，GFI 為 0.933、NFI 為 0.872、CFI 為 0.885，其中 GFI 大於 0.9 的理想水準，NFI、CFI 二者稍低於理想水準。而各因素負荷量皆達顯著水準，兩子構面的組合信度分別為 0.913 與 0.905，皆大於 0.6；兩子構面的平均萃取變異量分別為 0.677 與 0.655，皆大於 0.5，表示參與健康休閒知覺行為控制的潛在變項收斂效度在可接受範圍；此外，兩子構面的平均萃取變異量的最小值為 0.655，大於兩子構面相關係數的平方 $(0.478)^2$ ，故潛在變項的區別效度亦符合要求，如表 16。

表 16 知覺行為控制量表之因素分析及信度檢定

量表問項	MLE的估計參數		組合信度	萃取變異量
	因素負荷量 (λ 或 γ)	衡量誤差 (ϵ 或 ζ)		
第一階				
控制信念			0.913	0.677
1.我的身體狀況會影響我參與健康休閒活動的決定	0.807***	0.349		
2.有沒有自信心，會影響我參與健康休閒活動的決定	0.790***	0.376		
3.我有足夠的資訊可供參考，會影響我參與健康休閒活動的決定	0.891***	0.206		
4.我有安全的環境，會影響我參與健康休閒活動的決定	0.826***	0.318		
5.我的家庭狀況允許，會影響我參與健康休閒活動的決定	0.796***	0.366		
便利性知覺			0.905	0.655
1.朋友或同學邀我一起參加，對於我參與健康休閒活動是重要的	0.758***	0.425		
3.天氣好壞，對於我參與健康休閒活動是重要的	0.806***	0.350		
4.活動地點離住家遠近，對於我參與健康休閒活動是重要的	0.837***	0.299		
5.活動是否需要花錢，對於我參與健康休閒活動是重要的	0.795***	0.368		
6.交通便利，對於我參與健康休閒活動是重要的	0.848***	0.281		
第二階				
知覺行為控制			0.884	0.792
控制信念	0.927***	0.141		
便利性知覺	0.851***	0.276		

註1：GFI=0.933, RMSR=0.053, NFI=0.872, CFI=0.885

註2：因素負荷量為標準化之值，***表 $p < 0.001$

參與健康休閒行為意圖是單構面只需進行一階驗證性因素分析，由表 17 顯示各衡量題項之因素負荷量均達顯著水準，組合信度為 0.877 大於標準值 0.6，且平均萃取變異量為 0.705 也高於標準值 0.5。因此，參與健康休閒行為意圖構念各題項之收斂效度是在可以接受的範圍。

表 17 行為意圖量表驗證性因素分析

量表問項	MLE的估計參數		組合信度	萃取變異量
	因素負荷量 (λ 或 γ)	衡量誤差 (ϵ 或 ζ)		
行為意圖			0.877	0.705
一個月內，我需要從事健康休閒活動。	0.829***	0.313		
一個月內，我願意從事健康休閒活動。	0.913***	0.166		
一個月內，我會計畫從事健康休閒活動。	0.770***	0.407		

註1：因題數過少無法計算出配適度指數。

註2：因素負荷量為標準化之值，***表 $p < 0.001$

伍、 結論與建議

由本研究主觀規範特性分析得知，父母及家人的贊同對國中生從事健康休閒行為是關鍵因素，父母的休閒認知與行為方式，會直接影響國中生是否從事健康休閒行為，尤其國中生多於放學後進行休閒活動，若是父母不允許，或是安排校外補習，則國中生將

被迫失去從事健康休閒行為的機會，因此家長的觀念非常重要。建議父母應該正視休閒活動的重要性，關心子女的休閒生活，多鼓勵孩子參加合適的休閒活動，尤其國中生課業壓力大，避免視力惡化更應多從事戶外的休閒活動，甚至父母可以帶領孩子一同參與。如此一來，不僅能讓國中生紓解課業壓力、更能藉由休閒活動來找到自己的興趣，健全人格發展，亦可增進親子間的感情，減少國中生偏差休閒行為。

個人在教育現場發現，國中生無法從事健康休閒行為的重要原因之一是「課業壓力繁重」，因而壓縮學生自由時間，降低國中生參與休閒活動的機會，本研究的實證結果發現，國中生參與健康休閒行為的知覺行為控制認知上，「充裕的空閒時間」對於國中生參與健康休閒行為是重要的最具重要性，因此建議教育主管機關若要提升國中生從事健康休閒行為的參與頻率，必須從源頭落實十二年國教，制定真正免試、多元入學管道，才可減輕國中生課業壓力，如此方能使國中生有多餘的時間參與休閒活動。另外，建議政府單位能整合學校與社區資源，增建地區性的青年休閒活動中心及運動公園，讓國中生能有足夠的休閒設施，就近從事有益身心發展的休閒活動。有鑑於國中生的休閒參與偏向靜態或室內，但休閒活動必須動靜合宜、戶內及戶外均衡發展，因此建議教育主管機關要多舉辦戶外活動及比賽，譬如越野路跑、單車成人禮、三對三鬥牛賽、攝影比賽等，藉此引導國中生走出戶外，改變國中生假日補眠、上網、看電視、打電動的習性，養成從事健康休閒行為的好習慣。

本研究主觀規範量表規範信念之因素負荷量偏低，可能是受試國中生在量化記分或題意解讀上有些困難，造成國中生受測時作答猶豫，導致數據有所偏頗，協助發放問卷的老師反映，部份學生作答主觀規範量表時，對少數題項的語意有所疑惑需稍加解釋說明，建議後續研究在題目的描述要考量國中生語文理解程度，儘量淺顯易懂為宜。因人力及時間的限制，本研究只採量化的問卷調查法作為主要的研究方法，建議日後在各方條件許可之下，可佐以質性研究方法，如焦點團體、深度訪談等加以輔助，以達到質化與量化兼具的研究優點，深入了解不同群組國中生對健康休閒行為意圖的差異。最後，本研究採便利抽樣方式，僅以新北市板橋區公立國中之在學國中生為研究對象，建議後續研究能作更廣泛的分析與討論，將其他縣市不同層級的學生（國小、國中、高中職）加以綜合研究與討論，作為十二年國民教育學生健康休閒行為之整體性比較研究。

參考文獻

- 吳明隆 (2014)。SPSS 操作與應用-問卷統計分析實務(二版)。臺北，五南圖書出版股份有限公司。
- 林俐嬭 (2012)。以計畫行為理論探討基隆市國民小學教師休閒參與之研究。未出版碩士論文，經國管理暨健康學院健康產業管理研究所，基隆市。
- 林冠穎 (2008)。臺灣老人休閒參與之轉變：成因及影響。未出版碩士論文，國立政治大學社會學研究所，臺北市。
- 范莉雯 (2002)。大學生參與生態旅遊行為意向之研究-以東海大學學生為例。未出版碩士論文，國立臺中師範學院環境教育研究所，臺中市。
- 翁錦鳳 (2011)。國中男女校學生休閒阻礙因素與解決之道之研究。未出版碩士學位論文，國立臺灣體育學院運動管理學系碩士班，臺中市。
- 高俊雄 (1996)。休閒概念面面觀。國立體育學院論叢，6，69-788。

- 高俊雄 (2002)。休閒利益三因素模式。戶外遊憩研究，8，15-28。
- 康琨枚 (2011)。臺北市國小學童家長社經地位及休閒態度對國小學童休閒參與影響之研究。未出版碩士學位論文，國立臺灣師範大學運動與休閒管理研究所，臺北市。
- 張少熙 (2003)。臺灣地區中學教師參與休閒運動行為模式之研究。未出版博士論文，國立臺灣師範大學體育學系，臺北市。
- 張君豪 (2008)。大學生參與衝浪運動行為意圖之研究。未出版碩士學位論文，國立中正大學運動與休閒教育研究所，嘉義縣。
- 教育部(2013)。教育部人才培育白皮書，2014年9月5日，取自
<http://www.edu.tw/userfiles/url/20131209094223/>
- 陳昭亨 (2011)。國中生人格特質與休閒參與之相關研究。未出版碩士論文，國立臺灣師範大學公民教育與活動領導學系活動領導在職專班，臺北市。
- 新北市教育局 (2014)。教育局檔案下載/各校基本資料庫檔案，2014年10月1日，取自
https://esa.ntpc.edu.tw/jsp/schdata/schdata_p.jsp
- 熊鴻鈞 (2009)。超級籃球聯賽現場觀眾消費行為意圖模式之研究。未出版博士論文，國立臺灣師範大學體育學系，臺北市。
- 趙永潔 (2010)。以計畫行為理論探討消費者購買海洋深層水相關產品行為之研究。未出版碩士論文，經國管理暨健康學院健康產業管理研究所，基隆市。
- Ajzen, I. (1991). The theory of planned behavior. *Organization Behavior and Human Decision Processes*, 50, 179-211.
- Ajzen, I. (2002). Constructing a TPB questionnaire: conceptual and methodological considerations. Retrieved December 3, 2007, from <http://www-unix.oit.umass.edu/~ajzen/index.html>
- Ajzen, I., and Madden, T. J. (1986). Prediction of goal-directed behavior: Attitudes, intentions, and perceived behavioral control. *Journal of Experimental Social Psychology*, 22, 453-474.
- Anderson, J. C. and Gerbing, D. W. (1988). Structural equation modeling in practice: A review and recommended two-step approach. *Psychological Bulletin*, 103, 411-423.
- Beard, J. G., and Ragheb, M. G. (1980). Measuring leisure satisfaction. *Journal of Leisure Research*, 12, 20-30.
- Bloand, P. A. (1987). Leisure as a Campus Resource for Fostering Students. *Journal of Counseling and Development*, 65, 291- 294.
- Bagozzi, R. P. and Yi, Y. (1988). On the evaluation of structural equation models. *Academic of Marketing Science*, 16, 76-94.
- Fishbein, M. and Ajzen, I. (1975). *Belief, Attitude, Intention, and Behavior: An Introduction to Theory and Research*, Reading, MA, Addison-Wesley.
- Fornell, C. and Larcker, D. F. (1981). Evaluating structural equation models with unobservable variables and measurement error. *Journal of Marketing Research*, 18, 39-50.
- Gaski, J. F. and Nevin, J. R. (1985). The differential effects of exercised and unexercised power sources in a marketing channel. *Journal of Marketing Research*, 22, 130-142.
- Gefen, D., Straub, D. and Boudreau, M. C. (2000). Structural equation modeling and regression: Guidelines for research practice. *Communications of AIS*, 4, 1-80.
- Kaiser, H. F. (1960). The application of electronic computers to factor analysis. *Educational and Psychological Measurement*, 20, 141-151.
- Ragheb, M. G. and Griffith, C. A. (1982). The contribution of leisure participation and leisure satisfaction to life satisfaction of older persons. *Journal of Leisure Research*, 14, 295-306.
- Taylor, S. and Todd, P. (1995). Decomposition and crossover effects in the theory of planned behavior: a study of consumer adoption intentions. *International Journal of Research in Marketing*, 12, 137-155.
- Wilkinson, T. J. & Hansen, Jo-Ida, C. (2006). The relationship among leisure interests, personality traits, affect, and mood. *Measurement and Evaluation in Counseling and Development*, 39, 31-41.

