

高齡身心障礙者與陪同者休閒參與及休閒阻礙 之相關研究

Relevant research that the disabler and wither participated in
and recreation obstacle

林紀玲/大仁科技大學
Chi-ling Lin / Tajen University
吳 蘇/美和科技大學
Su Wu / Meiho University

真理大學運動知識學院
運動知識學報 第八期 抽印本

中華民國 一 百 年 八 月 三 十 日

高齡身心障礙者與陪同者休閒參與及休閒阻礙之相關研究

林紀玲/大仁科技大學

吳 鈺/美和科技大學

摘 要

本研究目的為：一、瞭解身心障礙者與陪同者目前及未來希望之休閒參與狀況，及其所面臨之休閒阻礙之相關與差異情形。以參加身心障礙國民體能活動營「高齡族休閒營」之 24 位身心障礙者與 20 位陪同者為調查對象。以 SPSS 13.0 for Windows 統計套裝軟體，進行描述統計、T 考驗、皮爾遜積差相關等方法驗證所有假設。結果發現：1.身心障礙者目前及未來參與的休閒活動選擇靜態性的休閒活動居多。2.陪同者目前參與的休閒活動時數與人次以靜態性的休閒活動居多，未來的選擇性卻是靜態、動態各半。3.環境因素是影響身心障礙者休閒活動參與的重要相關因素。4.陪同者認為休閒資源因素是身心障礙者參與休閒活動的重要阻礙因素。5.身心障礙者與陪同者均認為參與休閒活動有益於身心障礙者。

關鍵詞：身心障礙者、陪同者、休閒參與、休閒阻礙

壹、前言

隨著科技發展，社會、經濟的快速繁榮，國人在生活品質的提昇下，國人對精神層面的需求日益提昇及重視，2001 年公佈全面實施週休二日以來，民眾擁有閒暇時間增多，對生活品質的要求也日益提高，對於休閒的重視程度亦與日俱增。根據內政部統計處（2004）「社會發展趨勢調查」中，發現，國人每日自由時間（休閒、休養、社交）平均為 5.54 小時，占國人生活的時間趨近四分之一，由此可見休閒活動是現代人生活重要部分之一。

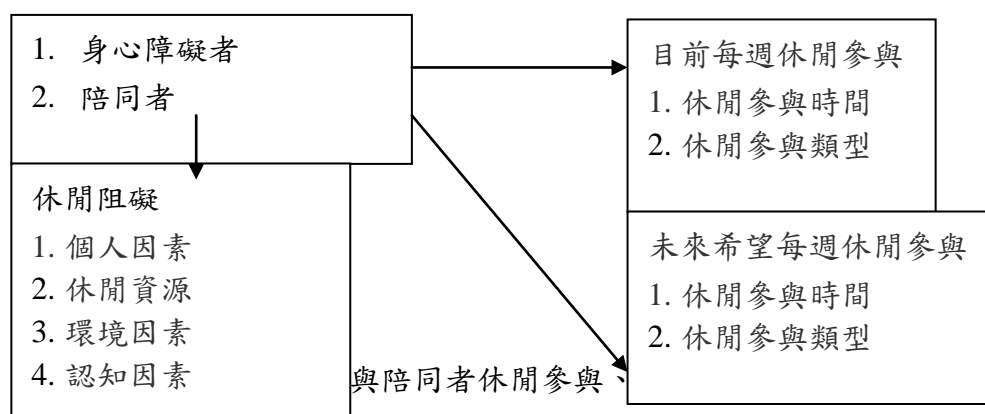
依據2010年「內政部統計處」統計通報資料顯示，截至2010年6月底止，領有身心障礙手冊者計有106萬4,339人，占總人口之比率為4.60%，續呈逐年上升趨勢。近年來國內外學者逐漸注意到身心障礙者老化問題。Rusell（1987）、Riddick and Stewart(1994)指出身心障礙者身體功能的退化，若伴隨身體及心理疾病，不但影響健康，更昇高失能的機率，降低生活品質，造成社會照護成本增加與國家醫療資源耗用。要如何才能達到降低疾病發生率與提高生活品質的目標，一般認為適宜的休閒運動可以帶來身心健康、生活滿意、個人成長等方面之利益。王國羽(2002)提到身心障礙人口老化趨勢，並提醒政府需及早為其相關需求問題預做準備。莊慶棋、林紀玲、吳穌(2010)亦建議政府或社會團體開發身心障礙多元休閒活動類型，以及增強民間團體的功能性，多舉辦適合身心障礙者的活動。武而謨（1998）認為身心障礙者應享有與其他國民一般的正常生活權利，對於身心障礙者參與運動休閒的保障應受到社會大眾的認知與重視，身心障礙者朋友可能往往因行動不便普遍缺乏運動，從家庭、學校到社會，受到軟、硬體和環境的阻礙，甚至於殘障者自己內心的「自我限制」等，所以享受運動對殘障朋友而言是被認為是一像奢侈的活動。休閒對人類的價值不僅有助生理的調適，更能達到精神的滿足，殘障者如能善於利用時間，從事適當休閒活動，更有利克服現實的殘障，使人生價值獲得進一步的實現（傅惠珍，1992）。休閒參與是需要有能力和技巧來幫助達到休閒情境，而非漫無目的（吳文銘，2001）。然而，許多人對於休閒生活的認知與態度都傾向於「休閒很容易，遇到就會了」，但事實上卻有很多人無法從休閒生活中得到樂趣改善身心（高俊雄，1996）。

現今的身心障礙福利日漸多元發展，除了給予就養、輔導就業、津貼補助...等各項扶助及福利措施之外，應提供更多的休閒活動，鼓勵身心障礙者走出戶外與人群接觸、互動。根據內政部統計處(2006)統計身心障礙者的休閒娛樂多以：閱讀、音樂欣賞、看電視（影）、烤肉、聯誼、戶外郊遊...等比較靜態的活動；而在動態的運動方面（如：球類運動、跑步）則參與比率及頻率相較於一般社會大眾均有明顯偏低現象。Oliver and Sapey (1999)指出身心障者的老化不能以一般標準即65歲來界定。事實上，其生理功能大約在30歲左右即開始走下坡。其次，許多身心障礙者的原來障礙問題，經由長期打針、吃藥、復健、自然發展或其他因素，也會衍生出副作用及造成二度障礙。再其次，認為個人的障礙會因為年齡老化而影響加劇，因此政府應給予更多的協助。且在耿仕榮（2007）的研究發現有家人陪伴及獨自一人者比同學朋友之陪伴者的阻礙較高。莊慶棋、林紀玲、吳穌(2010)的研究指出當有親人陪伴的身心障礙者在每週參與休閒活動的

時數較多。筆者深有同感，當陪同者有正確的休閒觀念將對身心障礙者將產生影響。因此若能協助肢障者培養規律而適當的運動習慣，不僅可以提供休閒、交際與娛樂活動的機會，而且可以避免日後可能誘發的肥胖、高血壓、心血管疾病等慢性病的危險（陳俊忠，1993）。雖然大家對休閒重視的觀點及內容不盡相同，但如何透過休閒參與，提升個人生活品質、促進社會正常發展，則是休閒呈現大眾化、普遍化之後大家共同關心的焦點（高俊雄，1999）。本研究目的旨在調查國內身心障礙者與陪同者對休閒參與現況、休閒阻礙因素，藉由2007年身心障礙國民體能活動營「高齡族休閒營」為例。透過現在與未來希望參與休閒活動時數、參與休閒活動之阻礙因素等變項，一、瞭解身心障礙者與陪同者目前及未來休閒參與狀況。二、瞭解身心障礙者與陪同者所面臨之休閒阻礙差異及相關情形。進一步評估其未來休閒參與的時數及類型，以增加大眾對身心障礙者的了解與重視，以作為將來活動設計與發展時之考量。

貳、研究方法

一、研究架構



二、研究對象及時間

本研究僅以參與2007年10月25-26日身心障礙國民體能活動營「高齡族休閒營」之24位身心障礙者與20位陪同者為調查對象。

三、研究工具

本研究依據研究架構並參考國內外相關文獻加以整合擬定，並以量化研究的問卷調查法為主。

(一)問卷編製

本研究問卷是參考耿仕榮（2007）研究中所使用之問卷，加以修改編製而成。

(二)本問卷採結構性封閉式問卷，共分為四部分，內容包含：（一）個人背景。（二）

目前每週休閒參與。（三）未來希望每週休閒參與。（四）休閒阻礙。

(三)信度、效度考驗

1.效度：本研究採用內容效度，請廖博士、古博士、鄭博士等三位相關領域之專家

學者檢驗問卷題目之適合度。

2.信度：本量表的整體信度Alpha係數=0.9268；其他分量表分別為：個人因素=0.9048、休閒資源=0.9003、環境因素=0.9190、認知因素=0.8449。顯示本量表具有良好信度。

四、資料分析與處理

以SPSS13.0 for Windows統計套裝軟體為資料分析工具，採用描述統計、T考驗、皮爾遜積差相關等統計方法來做驗證。顯著水準訂為 $\alpha=.05$ 。

參、結果分析與討論

一、休閒活動之情況

(一)身障者每週參與休閒的情況及未來希望參與情況

從每週的休閒參與的情況看來，可以多了解到身障者參與休閒活動的類型。人數佔第一位的是社交性活動有29人次，最少人從事的休閒活動則是冒險性活動4人次。由結果得知，身障者從事社交性活動的人次居多，較能與他人一起分享經驗及不同的意見，而從事人數最少的是冒險性活動，由於大部分的身障者都有可能行動不方便，且冒險性活動大部分都需要有教練的陪同並且也關係到自身的安全的重要性，都很少人會參加此項運動(如表3-1)。本研究結果與武而謨(1998)認為身心障礙者朋友可能往往因行動不便普遍缺乏運動的結果部份相符。

在目前參與時數方面，前五名為參加社團、閱讀、看電視、戲曲欣賞、做菜；而在未來希望參與時數方面，前五名為參加社團、泡茶、看電視、上網、社會服務。在未來參與人次及時數均較目前參與為多的活動是：繪畫、攝影、玩拼圖、泡茶、聚餐、玩電玩、籃球、潛水、旅行露營等。顯見身心障礙者目前及未來參與的休閒活動雖選擇靜態性的休閒活動居多，但未來亦增加冒險性活動。

(二)陪同者每週參與休閒的情況及未來希望參與情況

從每週的休閒參與的情況看來(如表3-2)，可以多了解到陪同者參與休閒活動的類型。人數佔第一位的是娛樂性活動有44人次，則最少人從事的休閒活動則是冒險性活動2人次。由陪同者結果來看從事娛樂性活動的人數佔居多，而在娛樂性的活動裡，又以打電腦與看電視分居前兩名，可見陪同者的休閒參與活動以靜態的居多。本研究結果與韓福榮(2002)、內政部統計處(2004)的研究結果雷同，均是以看電視及電腦／上網為最普遍的休閒活動。

在目前參與時數方面，前五名為看電視、參加社團、社會服務、上網、閱讀。而在未來希望參與時數方面，前五名為社會服務、看電視、閱讀、參加社團、訪友聊天；在未來參與人次及時數均較目前參與為多的活動是：書法、繪畫、攝影、閱讀、集郵、玩拼圖、看電影、玩牌、籃球、撞球、保齡球、戶外踏青、健身房、潛水、泛舟、爬高山、旅行露營等。顯見陪同者目前參與的休閒活動時數與人次以靜態性的休閒活動居多，但是，未來參與活動的選擇性卻是靜態、動態各半。

表 3-1 身障者每週參與休閒的情況及未來希望參與情況之總和表

| 類型 | | 目前 人數 (人) | 未來 人數 (人) | 目前 時數 (小時) | 未來 時數 (小時) | 類型 | | 目前 人數 (人) | 未來 人數 (人) | 目前 時數 (小時) | 未來 時數 (小時) |
|-------|----------|-----------------|-----------------|------------------|------------------|-------|----------|-----------------|-----------------|------------------|------------------|
| 藝文性活動 | 1.1 書法 | 2 | 2 | 3 | 5 | 居家性活動 | 4.1 養寵物 | 2 | 0 | 9 | 0 |
| | 1.2 繪畫 | 0 | 1 | 0 | 2 | | 4.2 園藝活動 | 4 | 2 | 9 | 2 |
| | 1.3 攝影 | 0 | 1 | 0 | 1 | | 4.3 做手工藝 | 2 | 1 | 10 | 4 |
| | 1.4 閱讀 | 6 | 3 | 64 | 7 | | 4.4 玩牌 | 1 | 1 | 4 | 4 |
| | 1.5 參觀展覽 | 4 | 1 | 23 | 24 | | 4.5 做菜 | 4 | 1 | 30 | 2 |
| | 1.6 集郵 | 0 | 0 | 0 | 0 | | 4.6 靜坐冥想 | 3 | 3 | 2.5 | 4.5 |
| | 1.7 玩拼圖 | 0 | 1 | 0 | 0.5 | | 4.7 組模型 | 1 | 1 | 1 | 1 |
| | 1.8 戲劇欣賞 | 3 | 2 | 32 | 4 | | 4.8 上網 | 2 | 2 | 22 | 26 |
| | 1.9 其他 | 0 | 1 | 0 | 2 | | 4.9 其他 | 1 | 1 | 4 | 2 |
| | 總和 | 15 | 12 | 122 | 45.5 | | 總和 | 20 | 12 | 91.5 | 45.5 |
| 社交性活動 | 2.1 訪友聊天 | 7 | 3 | 19 | 11 | 體育性活動 | 5.1 籃球 | 0 | 1 | 0 | 1 |
| | 2.2 參加社團 | 10 | 3 | 91.5 | 54 | | 5.2 撞球 | 1 | 2 | 4 | 5 |
| | 2.3 社會服務 | 2 | 2 | 26 | 25 | | 5.3 保齡球 | 3 | 2 | 5 | 2.5 |
| | 2.4 讀書會 | 3 | 2 | 8 | 9 | | 5.4 戶外踏青 | 5 | 3 | 8.5 | 8 |
| | 2.5 下跳棋 | 1 | 1 | 1 | 1 | | 5.5 游泳 | 5 | 5 | 12 | 23 |
| | 2.6 合唱團 | 1 | 1 | 2 | 2 | | 5.6 跳舞 | 1 | 1 | 1 | 3 |
| | 2.7 泡茶 | 3 | 4 | 27 | 40 | | 5.7 騎腳踏車 | 5 | 0 | 12 | 0 |
| | 2.8 聚餐 | 2 | 3 | 6 | 7 | | 5.8 健身房 | 1 | 0 | 2 | 0 |
| | 2.9 其他 | 0 | 0 | 0 | 0 | | 5.9 其他 | 2 | 0 | 13.5 | 0 |
| | 總和 | 29 | 19 | 180.5 | 149 | | 總和 | 23 | 14 | 58 | 42.5 |
| 娛樂性活動 | 3.1 看電視 | 11 | 5 | 58 | 26 | 冒險性活動 | 6.1 攀岩 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| | 3.2 看電影 | 0 | 0 | 0 | 0 | | 6.2 飛行傘 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| | 3.3 唱歌 | 4 | 3 | 4 | 5 | | 6.3 潛水 | 0 | 2 | 0 | 3 |
| | 3.4 玩電腦 | 2 | 2 | 12 | 16 | | 6.4 高空彈跳 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| | 3.5 博弈 | 1 | 1 | 2 | 2 | | 6.5 泛舟 | 1 | 1 | 2 | 2 |
| | 3.6 逛街 | 3 | 1 | 9 | 4 | | 6.6 磯釣 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| | 3.7 玩電玩 | 1 | 2 | 6 | 7 | | 6.7 爬高山 | 3 | 1 | 12 | 1 |
| | 3.8 看比賽 | 2 | 1 | 4 | 2 | | 6.8 旅行露營 | 0 | 2 | 0 | 2 |
| | 3.9 聽音樂 | 3 | 2 | 19 | 7 | | 6.9 其他(| 0 | 0 | 0 | 0 |
| | 3.10 其他 | 1 | 0 | 10 | 0 | | 總和 | 4 | 6 | 14 | 33 |
| | 總和 | 28 | 17 | 124 | 69 | | | | | | |

表 3-2 每週陪同身障者參與休閒的情況及未來希望參與情況之總和表

| 類型 | | 目前 人數 (人) | 未來 人數 (人) | 目前 時數 (小時) | 未來 時數 (小時) | 類型 | | 目前 人數 (人) | 未來 人數 (人) | 目前 時數 (小時) | 未來 時數 (小時) |
|-------|----------|-----------------|-----------------|------------------|------------------|-------|----------|-----------------|-----------------|------------------|------------------|
| 藝文性活動 | 1.1 書法 | 0 | 1 | 0 | 1 | 居家性活動 | 4.1 養寵物 | 1 | 0 | 2 | 0 |
| | 1.2 繪畫 | 0 | 1 | 0 | 1 | | 4.2 園藝活動 | 1 | 1 | 2 | 3 |
| | 1.3 攝影 | 0 | 2 | 0 | 2 | | 4.3 做手工藝 | 1 | 1 | 4 | 1 |
| | 1.4 閱讀 | 6 | 7 | 53 | 55 | | 4.4 玩牌 | 1 | 2 | 2 | 5 |
| | 1.5 參觀展覽 | 3 | 3 | 12 | 5 | | 4.5 做菜 | 3 | 0 | 24 | 0 |
| | 1.6 集郵 | 0 | 1 | 0 | 1 | | 4.6 靜坐冥想 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| | 1.7 玩拼圖 | 0 | 1 | 0 | 1 | | 4.7 組模型 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| | 1.8 戲劇欣賞 | 5 | 5 | 10 | 11 | | 4.8 上網 | 5 | 4 | 55 | 35 |
| | 1.9 其他 | 1 | 1 | 3 | 1 | | 4.9 其他 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| | 總和 | 15 | 22 | 78 | 78 | | 總和 | 12 | 8 | 89 | 44 |
| 社交性活動 | 2.1 訪友聊天 | 8 | 8 | 39 | 43 | 體育性活動 | 5.1 籃球 | 0 | 1 | 0 | 1 |
| | 2.2 參加社團 | 6 | 5 | 80 | 43 | | 5.2 撞球 | 0 | 2 | 0 | 2 |
| | 2.3 社會服務 | 8 | 7 | 65 | 60 | | 5.3 保齡球 | 2 | 4 | 2 | 5 |
| | 2.4 讀書會 | 0 | 0 | 0 | 0 | | 5.4 戶外踏青 | 4 | 6 | 13 | 18 |
| | 2.5 下跳棋 | 0 | 0 | 0 | 0 | | 5.5 游泳 | 5 | 2 | 8 | 21 |
| | 2.6 合唱團 | 1 | 0 | 3 | 0 | | 5.6 跳舞 | 2 | 3 | 4 | 3 |

| | | | | | | | | | | | |
|-------|---------|----|----|-----|-----|-------|----------|----|----|------|----|
| | 2.7 泡茶 | 2 | 2 | 2 | 2 | | 5.7 騎腳踏車 | 4 | 2 | 22.5 | 3 |
| | 2.8 聚餐 | 7 | 5 | 19 | 17 | | 5.8 健身房 | 0 | 1 | 0 | 1 |
| | 2.9 其他 | 0 | 0 | 0 | 0 | | 5.9 其他 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| | 總和 | 32 | 27 | 208 | 165 | | 總和 | 17 | 21 | 49.5 | 54 |
| 娛樂性活動 | 3.1 看電視 | 14 | 8 | 82 | 59 | 冒險性活動 | 6.1 攀岩 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| | 3.2 看電影 | 1 | 2 | 2 | 3 | | 6.2 飛行傘 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| | 3.3 唱歌 | 3 | 3 | 7 | 7 | | 6.3 潛水 | 0 | 3 | 0 | 6 |
| | 3.4 玩電腦 | 19 | 3 | 24 | 15 | | 6.4 高空彈跳 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| | 3.5 博奕 | 0 | 0 | 0 | 0 | | 6.5 泛舟 | 1 | 4 | 1 | 7 |
| | 3.6 逛街 | 4 | 4 | 13 | 13 | | 6.6 磯釣 | 1 | 0 | 3 | 0 |
| | 3.7 玩電玩 | 0 | 0 | 0 | 0 | | 6.7 爬高山 | 0 | 1 | 0 | 1 |
| | 3.8 看比賽 | 0 | 0 | 0 | 0 | | 6.8 旅行露營 | 0 | 1 | 0 | 2 |
| | 3.9 聽音樂 | 3 | 2 | 18 | 14 | | 6.9 其他(| 0 | 0 | 0 | 0 |
| | 3.10 其他 | 0 | 0 | 0 | 0 | | 總和 | 2 | 9 | 4 | 16 |
| | 總和 | 44 | 22 | 146 | 111 | | | | | | |

二、休閒阻礙之分析

(一)身心障礙者休閒阻礙之影響因素分析(如表 3-3)

1.個人因素方面：從個人因素方面的整體看來(M=3.0)，在個人因素方面我們可以發現到身障者本身的殘障程度，造成他無法參與休閒活動符合度佔最高，最低者是對參與活動所需的溝通技巧不好，造成無法參與。大致來說個人因素對身障者符合度越高者，造成他們越無法參與休閒活動，但大部分的身障者不會因為個人因素則造成他們無法從事休閒活動的意願。

2.休閒資訊：從休閒資訊方面的整體看來(M=2.6)，在休閒資訊方面社會缺乏對休閒遊憩訊息的宣導符合佔最高，符合度最低者是對身障者表現出嘲笑的行為，身障者認為旁人不會顯示出奇怪的眼光看待，且在休閒活動有得到足夠的相關資訊。

3.環境因素：從環境因素方面的整體看來(M=2.82)，在環境因素方面在交通運輸系統的不可及性(沒有大眾運輸工具可達)符合度佔最高。

4.認知因素：從認知因素方面的整體看來(M=4.3)，在認知因素方面認為從事休閒活動讓我身體健康平均數最高，依其次為可以有更多時間從事休閒活動、從事休閒活動讓我紓解壓力、休閒活動可以增進我的人際關係。

(二)以陪同者觀點-身心障礙者休閒阻礙之因素分析(如表 3-3)

1.個人因素：從個人因素方面的整體看來(M=3.2)，可以發現陪同者認為身障者當時的健康狀況不好及殘障程度，造成無法參與休閒活動的符合度佔最高，最低的則是身障者身障者與他人的溝通技巧不好。

2.休閒資訊：從休閒資訊因素方面的整體看來(M=3.3)，政府缺乏對休閒遊憩訊息的宣導符合度最高，最低則的是旁人對身障者表現出嘲笑的行為。

3.環境因素：從環境因素方面的整體看來(M=3.4)，各類型休閒活動場地沒有提供無障礙設施符合度佔最高，最低者是交通運輸系統的不便利性和交通運輸系統的不可及性。

4.認知因素：從認知因素方面的整體看來(M=4.5)，休閒活動對身障者很重要性符合度佔最高，最低的是休閒活動讓我身體健康。

表 3-3 身心障礙者與陪同者休閒阻礙描述統計表

| 變項名稱 | 平均數 | |
|-----------------------|------|------|
| | 身障 | 陪同 |
| (一)個人因素方面 | 3.00 | 3.20 |
| 殘障程度 | 3.25 | 3.35 |
| 健康狀況不好 | 3.15 | 3.35 |
| 技能不好 | 3.17 | 3.10 |
| 體力不好 | 2.90 | 3.20 |
| 溝通技巧不好 | 2.60 | 2.90 |
| 所需費用太高 | 2.90 | 3.20 |
| (二)休閒資源方面 | 2.55 | 3.29 |
| 他人幫助不足 | 2.92 | 3.60 |
| 旁人不友善行為 | 2.30 | 2.75 |
| 旁人嘲笑行為 | 1.90 | 2.65 |
| 旁人漠不關心行為 | 2.04 | 3.00 |
| 旁人過度保護與照顧的行為 | 2.83 | 3.40 |
| 政府缺乏對休閒遊憩訊息的宣導 | 2.80 | 3.75 |
| 學校缺乏對休閒遊憩訊息的宣導 | 2.90 | 3.70 |
| 社會缺乏對休閒遊憩訊息的宣導 | 3.00 | 3.70 |
| 社工人員沒有提供休閒活動資訊 | 2.50 | 3.15 |
| 協會沒有提供休閒活動資訊 | 2.10 | 2.70 |
| 器材與設備沒有考量到我的需求 | 2.60 | 3.50 |
| 器材沒有專業指導人員為我服務 | 2.70 | 3.60 |
| (三)環境因素方面 | 2.82 | 3.40 |
| 場地沒有提供無障礙設施 | 2.71 | 3.45 |
| 自然環境的限制 | 2.80 | 3.40 |
| 交通運輸系統 (沒有大眾運輸工具) | 2.90 | 3.35 |
| 交通運輸系統 (沒有足夠的班次、時間安排) | 2.80 | 3.35 |
| (四)認知因素方面 | 4.30 | 4.50 |
| 休閒活動很重要 | 4.00 | 4.30 |
| 從事休閒活動讓我紓解壓力 | 4.30 | 4.30 |
| 從事休閒活動讓我身體健康 | 4.42 | 4.55 |
| 從事休閒活動可以增進我的人際關係 | 4.30 | 4.60 |
| 我希望有更多時間從事休閒活動 | 4.30 | 4.35 |

(三)身心障礙者與陪同者休閒阻礙因素之相關情形

從表 3-4 顯示出，身心障礙者與陪同者的休閒阻礙因素中，休閒資源因素與個人因素、環境因素成正中相關，環境因素與個人因素、認知因素成正低相關。由此得知，環境因素是影響身心障礙者休閒參與的重要相關因素，此與胡雅各(1992)、洪榮造(1996)認為身心障礙者需要更多的精力克服建築物、他人態度和激勵因素方面的障礙相符。其次就是個人因素。此與莊慶棋、林紀玲、吳穌(2010)的研究指出個人因素對身障者符合度越高者，他們越無法參與休閒活動相符合；以及與 Shephard 與 Balady (1999)認為較差的身體平衡和動作形式會增加能量的消耗、導致疲倦，並造成工作效能、休閒活動和生活品質的降低論點相符。

表 3-4 身心障礙者與陪同者休閒阻礙因素皮爾遜積差相關摘要表

| | 個人因素 | 休閒資源 | 環境因素 | 認知因素 |
|------|-------|-------|-------|------|
| 個人因素 | 1.000 | .521* | .326* | .191 |
| 休閒資源 | | 1.000 | .596* | .194 |

| | | |
|------|-------|-------|
| 環境因素 | 1.000 | .297* |
| 認知因素 | | 1.000 |

(四)身心障礙者與陪同者休閒阻礙因素之差異情形

在身心障礙者與陪同者的休閒障礙認定上(如表 3-5)，在個人因素($t=-.524$)、環境因素($t=-1.815$)、認知因素($t=-.757$)差異均未達顯著水準，顯示出雙方均對於三個因素的觀點相近，僅在休閒資源因素方面雙方差異達顯著性水準，顯示出陪同者認為在休閒資源的因素上，需要給予身心障礙者更多的資訊與資源，才能讓身心障礙者勇於走出封閉的空間，以符合 Cipani and Spoone(1994)認為身心障礙者的能力及需求，以增進休閒娛樂的參與度。如果能夠讓身心障礙者為了樂趣、實現自我成就、和延長個體預期的生命等目的，運動休閒將是屬於身心障者改善生活品質的另一項追求目標(Wu & Williams, 2001)。再者，由認知因素中得知，兩者(4.5V.S.4.3)均認為參與休閒活動對身心障礙者有正面的效益。此與耿仕榮(2007)不只身心障礙的朋友需要休閒活動，在無形中讓一般人都能無時無刻在日常生活中注重到休閒活動，這樣也能更加造福身心障礙的朋友們的論點相符。

表 3-5 身心障礙者與陪同者休閒阻礙因素 t 考驗摘要表

| 背景變項 | 種類 | 人數 | 平均數 | 標準差 | t 值 | p 值 |
|------|-------|----|------|------|--------|------|
| 個人因素 | 身心障礙者 | 24 | 3.04 | .83 | -.52 | .633 |
| | 陪同者 | 20 | 3.18 | 1.04 | | |
| 休閒資源 | 身心障礙者 | 24 | 2.55 | .67 | -3.45* | .001 |
| | 陪同者 | 20 | 3.29 | .75 | | |
| 環境因素 | 身心障礙者 | 24 | 2.82 | 1.09 | -1.82 | .077 |
| | 陪同者 | 20 | 3.44 | 1.16 | | |
| 認知因素 | 身心障礙者 | 24 | 4.33 | .76 | -.76 | .453 |
| | 陪同者 | 20 | 4.48 | .45 | | |

$p<.05$

肆、結論與建議

一、結論

根據本研究結果，綜合結論如下：

- (一) 身心障礙者目前參與的休閒活動以靜態性的社交性活動居多，但未來則增加冒險性活動。

- (二) 陪同者目前參與的休閒活動時數與人次以靜態性的娛樂性活動居多，未來參與活動的選擇性卻是靜態、動態各半。
- (三) 休閒阻礙中，個人因素方面不會造成身心障礙者參與活動的障礙，但技能不足卻高於陪同者的認知。休閒資源方面差異達顯著水準，身心障礙者雖然認為休閒資源方面還可以接受，但是陪同者卻認為差強人意，尤其在政府缺乏對休閒遊憩訊息的宣導最不足。陪同者認為環境方面的阻礙因素較高。認知方面身心障礙者與陪同者均認為休閒活動有益於身心障礙者。
- (四) 休閒資源因素是身心障礙者參與休閒活動的重要阻礙因素之一。但環境因素是影響身心障礙者休閒活動參與的重要相關因素。

二、建議

- (一) 規劃多元性的無障礙空間環境，以鼓勵身心障礙者多參與休閒活動。
- (二) 政府可藉由電子媒體、平面媒體、網路平台、傳單等多層次的方法，以增加休閒活動資訊的宣傳。
- (三) 技能不足是身心障礙者的阻礙因素之一，因此，可多培養相關休閒活動的專業指導人才，以提供身心障礙者更多的休閒活動指導。

參考文獻

- 王國羽(2002)。我國身心障礙福利政策與體系：身心障礙者保護法的分析。社區發展季刊。97，115-127。
- 內政部統計處(2004)。93年臺灣地區社會發展趨勢調查（時間運用）統計結果。台北：內政部統計處。資料引自 <http://www.stat.gov.tw/ct.asp?xItem=11329&ctNode=4950>
- 內政部統計處(2010)。九十九年第三十四週內政統計通報(99年6月底身心障礙者人數統計)。內政統計資訊服務網。資料引自 <http://www.moi.gov.tw/stat/>
- 吳文銘(2001)。休閒教育觀之初探。國教新知，47(3)，96-103。
- 武而謨(1998)。殘障類別特性與運動項目的關係。身心障礙運動與安全防護研討會專題，4-6。
- 洪榮造（1996）。啟智班學生休閒活動與休閒教育之研究。台中：瑞和堂。
- 胡雅各（1992）。談智能不足者休閒活動之輔導。特教園丁，8(2)，9-11。
- 高俊雄（1996）。跨世紀運動休閒之舞台與經營。運動休閒管理論文集。台北：品度。
- 高俊雄（1999）。休閒教育之理念、規劃與實現。學生輔導，60，8-19。
- 耿仕榮（2007）。肢體障礙者休閒參與、休閒阻礙與生活品質之研究。美和技術學院健康照護研究所，未出版碩士論文，屏東縣。
- 陳俊忠（1993）。殘障者的體適能。國民體育季刊，22(2)，25-31。
- 莊慶棋、林紀玲、吳穌(2010)。休閒參與與阻礙因素之研究-以身心障礙者為例。2010年身體活動與健康促進暨第13屆全國大專院校登山運動學術研討會。屏東縣：國立屏東科技大學。
- 傅惠珍(1992)。視覺障礙學生休閒生活現況之研究。國立台灣師範大學特殊教育研究所。

- 未出版碩士論文。台北市。
- 韓福榮(2002)。聽覺無障礙空間問卷調查結果報告。中華民國聽力語言學會九十年會員大會暨學術研討會，28 頁，台北：三軍總醫院。
- Cipani, E. & Spoone. (1994). Curricular and instructional approaches for persons with severe disabilities. Boston: Allyn and Bacon.
- Oliver, M., and Sapey, B. (1999). Social work with disabled people (2nd Edition). Hampshire: Macmillan.
- Riddick, C., & Stewart, D. G. (1994). An examination of the life satisfaction and importance of leisure in the lives of older female retirees: a comparison of Blacks to Whites. *Journal of Leisure Research*, 26(1), 75-81.
- Russell, R. V. (1987). The importance of recreation satisfaction and activity participation to the life satisfaction of age-segregated retirees. *Journal of Leisure Research*, 19(4), 273-283.
- Shepherd, R. J. & Balady, G. J. (1999) Exercise as cardiovascular therapy. *Circulation*, 23; 99, (7): 963-72.
- Wu, S. K. & Williams, T. (2001). Factors influencing sport participation among athletes with spinal cord injury. *Medicine and Science in sports and Exercise*, 33, 177-182.

Relevant research that the disabled and wither participated in and recreation obstacle

**Chi-ling Lin / Tajen University
Su Wu / Meiho University**

Abstract

This purpose were: understand the disabled and wither at present and recreation that hope participate in the state future. and relevant and difference situation that the recreation obstacle. In order to participate in the disabled (24 people) and wither (20 people) of the physical and psychological movable camp ' the recreation camp of the clan of advanced age ' of national physical stamina of obstacle as the respondent. Count with SPSS13.0 for Windows, describe that statistics , T-test , Pierson stores up and is lack of relevantly verify all assumptions . Found finally: 1. the disabled and recreation activity that participate in recreation to choose static behavior activity in the majority future at present. 2.The hours and person of recreation activity that the wither participate in at present are mostly static behavior recreation activity, but the alternative in the future is the static behavior, the trends are half and half . 3.Participated in the important relevant factor in recreation activity of person who influences disabled that the environmental factor is. 4.The wither think that the recreation resource factor is that the disabled importance of participating in the recreation activity hinder the factor. 5.The disabled and wither think that participate in the person who of value toes disabled of the recreation activity.

Keyword: The disabled , the wither , recreation participate in , recreation obstacle