

- 一、瞭解台北都會地區成人和青少年平時、週末、和放長假時的休閒行為。
- 二、瞭解台北都會地區成人和青少年的的休閒認知、休閒態度內涵。
- 三、瞭解台北都會地區成人和青少年的休閒認知與休閒態度之間的關係。

至於其他有關休閒文化與休閒行為之間的關係、休閒設施對休閒認知、態度和行為的影響等問題，只得留待以後有機會再逐步探討。

第二章 文獻探討

有關休閒研究的文獻探討，本研究擬從最根本的休閒定義談起，嘗試對於休閒的基本概念及其可能產生的誤解，稍做釐清之後，再逐漸進入晚近有關休閒研究的休閒認知、休閒態度、以及休閒行為之概念性定義和操作型定義，一一介紹，俾便對本研究的用意和內涵有所掌握。

壹、休閒的定義

「休閒」的英文 leisure，源自拉丁文的 licere，意指「被允許」(to be permitted) 或「自由」(to be free) 的意思；這個觀念與中文「休閒」的字面意義所包含的「休息」和「閒暇」兩個層面的內涵，相當符合。希臘文中的休閒，係指無拘無束的行動，或指擺脫工作之後所獲得的自由時間或所從事的自由活動；蓋希臘文化認為工作的目的即為了休閒，一旦沒有休閒就沒有文化產生 (Iso- Ahola, 1980; Kelly, 1990)。而從拉丁文的 licere 所引申的法文 loisir，則指涉的是自由時間，以及所引申的英文 license，原指免除公務責任的行為，不論是自由的時間或自由的行為都有自由自在的意涵，此與亞里斯多德把休閒視為一種「存有狀態」(state of being) 或「自由狀態」(state of being free) 的休閒觀念十分貼切 (Paker, 1976, Kelly, 1987; 宋明順, 民 79)。

休閒似乎既包括了「暇閒的自由時間」，同時也指涉從事足以「令人恢復精神或體力的休息活動」。而這裡所謂的休息活動，就與常常被拿來和休閒一起使用的字眼「遊憩」的意義，十分接近。「遊憩」的英文 recreation 源自拉丁文的 *recreatio*，係指一個人在工作之餘，藉著輕鬆的活動，來祛除工作的壓力、單調、乏味或由於工作所造成的疲乏，以使得他可以恢復 (*restore*, *recover*) 或再造 (*re-create*) 活力。另外，與休閒和遊憩關係十分密切的另一個字眼就是遊戲 (*play*)，遊戲是指嬉戲、競技、對抗、或比賽等，它是人體內部具體力量表現於外的活動，由於它是人們從小學習休閒態度和休閒行為的重要社會化途徑，所以西方休閒研究非常重視遊戲，並提出許多有關遊戲的理論觀點，如早期的精力過剩論 (*surplus-energy theory*)、休養論 (*recreation theory*)、本能論 (*instinct theory*)、準備論 (*preparation theory*)、昇華論 (*catharsis theory*)、重演論 (*recapitulation*) 等，以及晚近二十世紀的遊戲觀點：自我表現論 (*self-expression theory*)、補償論 (*compensation theory*)、發展論 (*development theory*)、學習論 (*learning theory*)、遊戲活動類別分析、人類學的觀點、心理學和精神分析學的觀點等 (Kraus, 1990; Kelly, 1990)。

休閒難以明確定義，歷來休閒研究學者有許多不同的詮釋角度和觀點，Veblen 早在 1899 年就界定休閒為「非生產性的時間消費」(Veblen, 1953, p. 46)。de Grazia (1962) 將休閒定義為感受自由的一種心態，以及做為一個人的一種要件，所以一個人必須能夠享受休閒的樂趣，他才有存在的意義和價值。Gist 和 Fava (1964) 更進一步認為休閒是除了工作與其他必要責任之外，可以自由運用的時間，以達到鬆弛、娛樂、社會成就、和個人發展等功能。Dumazedier (1967; 1974) 則認為休閒乃是免於工作、家庭、和社會的職責之外，個人隨著自己的意願所從事的活動，其目的在獲得鬆弛、娛樂、或擴大知識、促進社會參與、實踐創造能力。Kaplan (1975) 拿自己的定義與 Dumazedier 相互比較，認為 Dumazedier 對休閒的定義著重於功能層面，他自己則強調形式層面，並指出休閒的形式可以發揮鬆弛的功能，個人成長的形式可以達到娛樂的功能，而服務他人的形式可以擴展個人知識、提昇社會參與。

休閒定義非常繁多，Kraus (1971) 曾經歸納各家說法並提出休閒的幾個共同意涵：古典的自由論、階級決定論、自由時間論、和休閒即活動論，這些是一般學者對於休閒定義的幾種共同重要取向和類別。以下則針對休閒的定義曾做有系統的定義者，茲簡要介紹於后。

一、Kaplan (1975) 提出六種不同的休閒觀點：

(1) 人文模式 (humanistic model)：把休閒本身視為目的，以古希臘人和當代中國人為代表，認為休閒即沈思 (contemplation)、休閒即藝術、休閒乃是生命的祝禱、休閒是文化的基礎。此一觀點是由精粹主義發展而來，對大眾文化有極嚴苛的批判。他認為中國人的休閒觀就是屬於人文模式的典範。

(2) 治療 -- 改變模式 (therapeutic-change model)：把休閒當作工具、手段、社會治療、或社會控制。譬如常常聽到有人說「家人一起休閒，常保家庭和樂」、「多提供青少年休閒活動，免得他們為非做歹」等等，所以休閒被視為是為了達到某種社會功能或對身心不健康的人的一種社會治療工作。這種社會治療、社會工具甚或社會符徵，他舉羅馬人和納粹最為典型代表。

(3) 量化模式 (quantitative model)：把休閒視為維生工作之外的剩餘時間或自由時間，這是最通俗和普遍的概念，也是最受一般人接受的想法，所以許多人以自由時間的多寡來指涉休閒多寡，但是自由時間並非即等於休閒，此一模式忽略了個體對休閒的主觀性和內在需求，此一觀念頗值得休閒學者的注意。

(4) 社會機制 (social institution) 觀點：把休閒當成社會體系中的一個重要單元，與家庭、學校、宗教、政治、和經濟等社會其他體系同樣重要，共同組構成一個完整的社會體系。

(5) 認識學的觀點 (epistemological conception)：基於文化的價值，從認識學角度將休閒活動、休閒意義與世界觀連結起來，探討休閒與人生價值的關係。

(6) 社會學的觀點 (sociological conception)：把休閒與其對立的工作，放在社會架構中，來探討從事休閒者所建構的社會意義。

二、Murphy (1974) 也提出類似的休閒觀點，他則以時間、工作、活動等層面為界定休閒的重要指標：

(1) 自由時間論 (discretionary time)：把休閒視為是在完成工作任務之後所剩餘的時間部份，即以時間的自由與否來斷定是否擁有自我的休閒的重要關鍵。

(2) 社會工具論 (social instrument)：把休閒視為是為了達到社會某種目的或某種功能，而對於身心不適者所進行的疹療，以促其社會參與而習得某種技能發展。此一觀點有顯與前述社會疹療的觀點相類似。

(3) 社會階層論 (social class)：認為休閒取決於個人特定的社會階層、社會地位、職業等社會因素。但是許多學者也質疑，社會階層決定論只是休閒參與的社會學理論，而不是休閒的定義，兩者不宜混為一談(Parker, 1976; Kelly, 1990)。

(4) 古典休閒論：認為休閒乃是自由的狀態 (a state of freedom)，是心靈的一種情境 (a condition of soul)。很明顯，這個觀點完全就是亞里斯多德的觀點。

(5) 反功利論 (antiutilitarian)：認休閒本身即視為目的，不必假於外求，它並不附屬於工作，而是一種自我表現和自我實現的滿足。

(6) 整體性的 (holistic) 休閒觀：認為把休閒和工作對等分立不再是必要的，而是從整體的角度來關照休閒，把與休閒有關的各個不同面向同時考量，而非只就單一向來探討休閒問題或其意義。

三、Kraus (1990)則統攝過去有關休閒的定義，整理出五個休閒的不同詮釋：

(1) 古典休閒論：以亞里斯多德、de Grazia (1962)、和 Pieper (1963) 的觀點為主；亞里斯多德認為休閒即為存有的狀態，一切休閒活動都是為了休閒本身，音樂和沈思 (contemplation) 是兩種最有價值的休閒，因為音樂可以滌淨涵化心靈，而沈思可以格致

真理、獲得真正的快樂（引自 Neulinger, 1981, p. 2）。他並認為自然界要求我們不僅要做好工作，更要做好休閒，固然兩者都重要，但是休閒比工作更重要，因為休閒乃是一切行動的首要原則，它給了我們生活的愉悅和快樂（引自 Kraus, 1990, p. 123）。所以希臘人把休閒當成是最高生活價值，把工作的價值貶為最低，並且把工作視為是休閒的函數，亦即工作乃是隨著休閒而改變的（Kando, 1975）。Pieper (1963)認為休閒並非為工作而存在，而是賦予人們更多的精神和精力去工作，但休閒並不只是恢復工作的體力或提振工作的精神而已，它是生活中一種更崇高的秩序。De Grazia (1962)則強調自由時間並不必然就是休閒，因為許多人有了自由時間，卻不知如何休閒，所以他把休閒定義為一種存有的狀態，以及做為一個人的條件，它不必然要有什麼慾求，也可能更不會獲得什麼。可見古典休閒論者主要是強調內心層面的休閒觀，而不是外在的、形式化的休閒活動。

(2) 社會階層的休閒論：把休閒視為是一種代表社會階層的符徵，Veblen 早在 1899 年就批判當時一些錯誤的休閒觀點，認為休閒不應該是懶散的有錢人才擁有的特權，也不是官紳貴族所從事引人側目的行為才是休閒，而應該是在休閒之中培養品味，涵育成為一個有品味的鑑賞家 (Veblen, c1899, 1953)。隨著中產階級的產生，固然有些休閒仍非一般社會大眾所能輕易享受，但是許多過去貴族士紳才能賞玩的休閒活動，如今許多人都可以體驗了，大抵已不再具有社會階層的符徵意義。

(3) 休閒即自由時間：一般社會學都把休閒界定為是在為了生活，所必須從事的工作之外的自由時間，或者是把有關工作和睡眠的時間扣除之後，所剩餘的不必負有任何責任的空餘時間，就是所謂的休閒。此一觀點主要是把休閒當做和工作是相對立的事物來看待，但是沈清松（民79）從哲學的角度認為休閒和工作並不是對立的，就好比運動和靜止並不必然是對立的，在古希臘的自然觀之中，靜止並非就是不運動，而是能動性最為凝聚的展現方式。所以，光從自由時間的有無來界定是否即擁有休閒，一直遭受休閒教育學者的質疑。

(4) 休閒即遊憩活動：把休閒界定為就是從事遊憩活動，並且嘗試將休閒活動予以詳細分類，晚近的休閒研究更透過電腦的協助，以因素分析和多面向分析 (MDS)，來歸類不同的休閒活動，並藉以析理出不同類別的休閒活動可能提供的不同功能。但是這種以外在活動型式來界定休閒，常常會誤導只有從事肢體性的遊憩活動才算是休閒，而忽略了休閒的內在性質。這也是目前國人對於休閒的普遍錯誤認知，值得休閒教育者重視。

(5) 整體性的觀點：此一觀點嘗試綜合休閒的內在主觀意義和外在客觀的自由時間與活動型態，兼顧休閒的質與量的雙重層面意涵，把休閒視為是在自由時間，個體能夠覺知的休閒自由，在自由自在的休閒行為之中，獲致心靈的明鏡、精神的愉悅、以及筋骨的舒暢等功能，而不偏廢於某一特定層面或某一特定角度的觀點而已。

國內學者戮力把西方休閒休閒概念和休閒理論引進國內，對於休閒的意涵和休閒理有諸多貢獻，但所提出有關休閒的概念或理論，大抵不出以上臚述的範圍（丁庭宇、林財丁，民 75；文崇一，民 70；民 79；李鐘元，民 71；林清山，民 74；陸光，民 76；民 78；許義雄，民 69；修慧蘭，民 74；陳彰儀，民 78；張春興，民 72；莊斐瑜，民 80；黃中科，民 79；黃振球，民 59；楊孝燦，民 71；廖榮利，民 67；戴智慧，民 74；謝政論，民 78）。

貳、社會心理學的休閒觀

近年來研究休閒及休閒教育者，致力於以科學方法從社會心理學的角度，將整個休閒的社會情境 (social leisure context) 擺在思考架構內，來探討個人主觀認定的休閒認知、休閒態度、和休閒行為如何受到社會情境和他人的影響 (Iso-Ahola, 1980)。這種研究觀點認為個人主觀認定的自由時間和休閒行為，與他人、團體、甚至社會文化都具有動態的互動關係，而不是把個人休閒行為當作是個己的、孤立的、靜態的行為。