

從自我倡導 37-42

論聽覺障礙者的休閒運動需求

■ 韓福榮、張家綺

休閒運動，對於一般大眾而言，為個人或群體以自願而非強迫的方式，自由選擇的活動，滿足自我心理或生理需求的非工作性質活動（張宮熊，2002）。休閒運動對個體具有活力、自由及內在滿足的特質（Kelly, 1996）。因此，對於社會大眾而言，休閒不再是裝飾品或奢侈品，而是維持正常生活之現象，提高生活品質所必須具備的一部分生活方式（Koeneman, 1991）。

聽覺障礙者，因為聽力的損失，導致溝通能力發展的受限。一般人甚至聽覺障礙者自身，通常均認為聽覺障礙者四肢健全，應該具備與常人無異的休閒運動，此一觀點並不正確。尤其，台灣取得2009年世界聽覺障礙奧林匹克運動會主辦權，國人是應多多了解聽覺障礙者的休閒運動限制與需求，並從平等意識之提倡，自我倡導的議論，重視聽力損失與聾人休閒運動的機會。





內政部九十二年度第二季（六月底）的身心障礙者人口統計資料，台灣地區身心障礙者總人數為 847,703 人，其中聽覺障礙者為 90,245 人，占身心障礙總人數的 10.6%，僅次於肢體障礙者（360,297 人）。行政院體育委員會也自九十一年七月起積極推動「運動人口倍增計畫」，如何協助約九萬餘人口的聽覺障礙者「動起來」，為本文的目的。故本文從國內外文獻探討聽覺障礙者的休閒運動限制，並從自我倡導議題，論述聽覺障礙者如何在最少限制環境下享受休閒運動。

■ 聽覺障礙的定義與分類

依據 86 年公布之『特殊教育法』第三條第二項第三款所稱聽覺障礙，指由於先天或後天原因，導致聽覺器官之構造缺損，或機能發生部分或全部障礙，導致對聲音之聽取或辨識有困難者（教育部，1997）。而民國九十一年五月發布之「身心障礙及資賦優異學生鑑定標準」（教育部，2002），優耳聽力損失達 25 分貝以上者，即為聽覺障礙者。

民國 91 年修訂「身心障礙等級」（內政部，2002），將聽覺障礙定義為由於各種原因導致聽覺機能永久性缺損而言，並將聽覺障礙分為三種等級：1）輕度：優耳聽力損失在 55 至 69 分貝者；2）中度：優耳聽力損失在 70 至 89 分貝者；3）重度：優耳聽力損失在 90 分貝以上者。

美國聾人運動協會（American Athletic Association of the Deaf, AAAD）規範參加聾人運動會的選手優耳聽力損失須達 55 分貝以上。

比賽選手不分級，所有選手與行政管理者均為聽覺障礙者。（Dunn, 1997）

■ 聽覺障礙者的休閒運動限制

一、聽覺障礙者的休閒限制

在一個以口語溝通為主的社會，對於聽覺障礙者而言，有明顯地掌握聲音訊息的限制，而造成溝通困難。

Maynard (1983) 在身心障礙者參與休閒活動研究中指出，影響其參與休閒活動的阻礙包括：態度的、環境的、社會經濟的障礙三方面，因人們不願與身心障礙者共享休閒設施、歧視與過度幫助、同情的態度，使身心障礙者感到不舒服、恐懼、缺乏參與社區休閒活動的技巧；而公共設施等建築之設計不良，阻礙身心障礙者的進出與使用；大眾運輸的缺乏也限制移動；社經地位低、收入不佳，使得身心障礙者無多餘的金錢、時間從事休閒活動。

根據 Kennedy、Austin 和 Smith (1987) 將



▲聽障生拔河比賽。（圖/韓福榮提供）

身心障礙者休閒參與的阻礙因素分為三方面，

（一）內在的障礙：屬於情緒、生理、或智能上的缺陷直接造成，即從事某類活動或運動可能帶來併發症或傷害；（二）環境的障礙：為身心障礙者面臨的外在限制；（三）溝通的障礙：來自個體本身與社會環境交互作用之結果；Kraus和Shank（1992）提出休閒阻礙對於身心障礙者而言造成許多困難，最主要的阻礙是天氣、交通運輸、可及性、缺乏技巧及能力、安全問題與參與成本，此外雙親及親屬也會影響其休閒活動的涉入。

在國內的研究，孫孟君（1998）針對身體障礙青少年休閒自由、休閒偏好及休閒阻礙，發現性別與身體是否障礙是影響青少年休息生活的重要因素，一般人之休閒阻礙因素不外乎時間與費用等問題，而身心障礙者的休閒阻礙則更多樣化，諸如交通、休閒同伴、他人指導、場地設備等，皆為重要之影響因素。張照明（1999）的研究中指出，在特殊學生休閒阻礙比較方面，「場地設施不適合與缺乏他人指導」是障礙學生的共同休閒阻礙，聽障學生的「他人拒絕共用休閒設施」是造成休閒阻礙的重要因素；此外，也發現聽障學生的休閒阻礙較肢障、智障、視障者為高，可能因肢障、聽障、智障、視障四類障礙中，聽障學生是身心能力較無礙於休閒活動參與的，因而有較高的休閒活動參與期望，因休閒活動參與高，休閒活動期許也高，因而感受到的休閒阻礙也高。莊惠玲（2001）研究發現，影響聽障學生參與休閒活動的因素為「興趣」、「體力」、「健康情形」、「時間」和「家人態度」。

對於聽覺障礙者而言，彙整其面臨之休閒阻

礙大致可分為六項，包括（一）態度的阻礙；（二）家長作風的阻礙；（三）冷淡行為的阻礙；（四）內在的阻礙；（五）環境的阻礙；（六）溝通的阻礙等，這些阻礙皆會影響聽障者參與休閒活動的意願。

二、聽覺障礙者的休閒活動參與

行政院主計處（2001）對國內十五歲以上民間人口的研究，將休閒活動類型分為視聽活動、進修及研究、藝文活動、運動、從事二日及以上旅遊或渡假五種。

國內學者洪榮照（1996）在探討特殊學校、教養機構休閒教育及障礙學生休閒活動之探究中，針對八所公私立特殊教育學校與機構 45 位障礙學生為調查對象，結果發現，障礙學生的主要休閒活動有音樂、歌唱與舞蹈、散步閒逛、獨自活動、靜坐、看電視、球類及運動、閱讀刊物、觀賞影片、繪畫雕刻、團康活動等。

對於聽覺障礙者來說，陳慈佑（1983）以國中聽障學生為研究對象，研究結果顯示聽障男生最喜歡的興趣和活動以屬動態為主，而女生以較屬靜態者為主，男女生不喜歡的興趣和活動均與需使用聽覺感官功能者有關。

張照明（1999）研究發現聽覺障礙學生最常參與的休閒活動是「聊天、看電視、玩牌」，最少參與的休閒活動是「繪畫、打拳、下棋」，最想參與的休閒活動是「看錄影帶、打電動玩具、打球」，而最不想參與的休閒活動是「露營、游泳、跑步」。莊惠玲（2001）研究中部國中聽障學生，發現其實際參與的休閒活動依序為看電視、騎腳踏車、看報紙、幫忙家務、個人電腦操作、逛書店。



莊惠玲（2001）指出興趣、體力、健康情形、時間和家人態度等阻礙為影響聽障學生參與活動的因素。依據韓福榮（2001）聽障者生活品質的調查研究，從 250 位訪問對象，以具文字書寫能力及年齡 18-65 歲的聽覺障礙者，發現聽覺障礙者主要休閒活動以看電視為最普遍的休閒活動，其次依序包括有電腦／上網、與朋友聚會、閱讀、運動與逛街。

綜合以上文獻可知，對聽障者來說，多具有能力可享受休閒生活，其休閒活動的參與和一般人較無差異，惟不喜愛參加需使用聽覺感官功能

有關之休閒活動，此也會造成參與活動項目之差異，若能滿足聽障者之能力與需求，可增進休閒活動之參與度，發展有意義的休閒生活及活動。休閒活動的阻礙的確會抑制休閒參與之情形，包括休閒活動的頻率與類型，而對於聽障者來說，其影響休閒參與之因素多為內在、環境與溝通之部分，且較一般人為複雜。

三、聽覺障礙者之運動限制

（國內資料）：

在學習的過程中，聽覺是非常重要的，失聰不只妨礙溝通能力之自然發展，同時也切斷了許

表一 聽覺障礙學生體育課之運動行為概況

聽障學生運動表現	運動表現限制原因	聽障學生運動行為
1. 運動學習過程中，有挫折感及無趣感	有的學生天生知覺動作能力就很差	上體育課時，找理由逃避學習，在旁觀看或用手語交談
2. 體育課學習速度較慢	聽障者使用手語時，無法進行運動	等待教師指導
3. 喜歡三對三籃球鬥牛比賽	對於桌球、足球、羽球等，需要更精緻動作之運動，興趣明顯降低	以籃球為主要運動項目
4. 沒耐性學習體育活動基礎技巧	聽障者無耐心重複練習基本動作	打手語說：「我會了、我會了」，便躍躍欲試，想找人比賽
5. 對於比賽規則一知半解	聽障者無法充分了解體育教師的解說	對於計分較複雜的運動與比賽規則不瞭解
6. 運動類別窄化	聽障者選擇喜好的運動，放棄其他學習機會	表現出「我只要打籃球，我不想做其他活動」
7. 逃避體能訓練	與聽人相比較，聽障者缺乏受挫力	常會輕易表示「太累、太辛苦」不願意再繼續練習
8. 缺乏週休二日的休閒運動	聽障者不會規劃空閒時間	經常一群聽障者聚在一起聊天
9. 輕忽運動前的暖身運動	造成聽障者運動傷害的次數提高	須重視激烈運動前的熱身與緩和運動
10. 使用運動器材耗損率高	聽障者聽不到，動作較為粗魯	亂揮舞球拍，以桌球拍敲打桌面
11. 快速移動及丟擲球具，容易發生危險	聽障者聽覺限制	與他人身體碰撞及被球具擊中背後的机会增加
12. 聽多障者的動作限制	聽障兼具其他障礙者增加	可參與的運動項目限制增加，需更多輔具或專業人員協助

多學習的機會（張蓓莉、蘇俊賢、胡松德，民87）。

依據蔡育佑、高俊傑（民90年）「聽覺障礙生體育課之班級經營」一文，整理啟聰學校體育教師觀察聽障學生學習體育的現象，分為運動表現、限制原因與運動行為等三面向，以表一說明之。

表一 聽障學生學習體育的現象

Stewart與Ellis在1999年聽障學生體育教學一文中，提出：聽障學生的體適能與動作技能不如一般學生，尤其平衡能力；從最近的研究發現，特別是在動態平衡能力、抓取、踢、跳與躍等動作。

Best等人（2002）認為，聽障學生的身體動作能力如平衡、體適能與動作較一般學生低落，原因在於，聽障學生在一般體育活動中，常常被孤立，或被同儕與教師忽視。聽障學生在體育活動中受到溝通的限制，無法與體育教師完全溝通，掌握教師教學或體能測驗的要求。Dunn（1997）指出，聽障學生動作表現困難的現象為：

1. 某些聽障學生平衡困難的原因係聽力損失造成。由於內耳的病理現象，也影響了平衡機能。
2. 聽力損失也導致動作表現，或因為嬰幼兒期的遊戲與動作技能環境限制。
3. 聽覺障礙幼兒的溝通能力缺陷，語言理解與表達的困難影響了知覺動作發展。
4. 聽障學生的動作能力比聽常學生的表現低。
5. 聽障學生的平衡能力最為困難，尤其受限



▲聽障生跳遠。（圖/韓福蓉提供）

於聽障學生的幼兒經驗，與無法適當的與測試教師溝通。

因此，聽障學生的體育教學需特別重視，以協助聽障者發展其動作能力。

■ 聽覺障礙者休閒運動自我倡導

從林純真（2003）所著「身心障礙者的自我倡導：回顧與展望」文中指出，自我倡導的定義為，由個人或組織，為自己或他人，以說服（persuasively）或促使（forcefully）的方式，就某件特別的課題（常被運用在尋求特殊需求者的教育與生活機會之上），所作的表達（如觀點、感覺、權利或利益）或作為（如正式反應）。因此，身心障礙者本身需：一、建立積極正向的自我概念。二、瞭解自己的需求、權利與責任。三、適時而正確的表達需求與意願。四、參與相關訓練與活動。五、透過公開的場合或管道，表達生活經驗、建議主張等，俾政府部門及其他社會大眾了解。

從本文探討聽覺障礙者的休閒運動限制，可



了解聽覺障礙者期待其休閒活動與聽常人大致相同，聽障者也有能力學習並享受各種的休閒生活，如果透過自我倡導掌握聽覺障礙的限制，不僅可以緩和聽覺障礙者在運動學習過程遭遇的困境，還可以增進聽覺障礙者運動學習效果，鼓勵

聽覺障礙者參與休閒活動，增進聽覺障礙者獨立自主的能力，與積極參與社會之活動的興趣。

(作者為臺北市立體育學院師資培育中心助理教授、世新大學觀光學系碩士班研究生)

參考文獻

內政部 (2002)，身心障礙福利法身心障礙等級，內政部。

內政部社會司 (2003)，身心障礙者調查，內政部。

行政院主計處 (2001)，十五歲以上國人休閒參與概況，台北：行政院主計處。

林純真 (2003)，身心障礙者自我倡導：回顧與展望，中華民國特殊教育學會 2002 年年刊，311-345。

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。

孫孟君 (1998)，身體障礙青少年休閒自由、休閒偏好及休閒阻礙之研究，國立高雄師範大學特殊教育研究所出版碩士論文，高雄。

陳慈佈 (1983)，殘障者的休閒娛樂，台北市政府社會局。

莊惠玲 (2001)，中部地區國民中學聽覺障礙學生休閒活動調查之研究，國立花蓮師範學院國民教育研究所出版碩士論文，花蓮。

張宮熊 (2002)，休閒事業概論，台北：揚智。

張照明 (1999)，高職身心障礙學生休閒生活之研究，特殊教育學報，13，239-279。

張倍莉、蘇俊賢、胡松德 (民 87)，聽覺障礙類，載於適應體育導論，251-299。台北：國立台灣師範大學學校體育研究發展中心。

教育部 (1997)，特殊教育法，教育部。

教育部 (2002)，身心障礙及資賦優異學生鑑定標準，教育部。

蔡育佑、高俊傑 (民 90)，聽覺障礙生體育課之班級經營，特殊教育季刊，81，28-33。

韓福榮等，2002 年 1 月 27 日，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。

Best, C. Lieberman, L. & Arndt, K. (2002). Effective use of interpreters in general physical education. Journal of Physical Education, Recreation & Dance, 73, 8, 45-50.

Dunn, J. M. (1997). Special physical education, adapted, individualized, developmental. (7th Ed.) Boston: The McGraw-Hill Companies, Inc.

Kelly, J.R. (1996). Leisure (3rd ed.). Needham Heights, MA: Allyn & Bacon.

Kennedy, D. W., Austin, D. R., & Smith, R. W. (1987). Special recreation: Opportunities for persons with disabilities. CBS College.

Koenenman, E.J. (1991). Recreation: An opportunity for self-knowledge and satisfaction. Parks & Recreation, April, 2 & 7.

Kraus, R., & Shank, J. (1992). Therapeutic recreation service: Principles and practices: Wm. C. Brown Publishers.

Maynard, M. (1983). Cross-national issue related to labor and leisure participation of people with disabilities. Revised paper presented at American personnel and Guidance Association on leisure and work continuum for special population groups (March 1983) ERIC NO. ED238 210.

Stewart, D. A. & Ellis, M. K. (1999). Physical education for deaf students. American Annals of the Deaf. 144, 4, 315-319