

第四章 實證分析

本研究以 SPSS 17 版統計套裝軟體，進行回收問卷之資料分析。本研究主要目的在於探討臺中市政府消防局消防人員平時休閒參與對紓解職場工作壓力的相關研究。第一節為問卷背景與研究量表之現況分析；第二節進行不同背景於「休閒參與」與「工作壓力」量表之顯著性差異分析。第三節為不同的休閒參與程度於工作壓力的顯著性差異分析。

第一節 問卷背景與研究量表之現況分析

本節以描述性統計（次數與百分比）說明研究樣本之分布狀況。

壹、樣本分布與樣本背景

一、樣本數分布

如表 4-1-1，本研究在台中市消防局進行樣本蒐集，向第七大隊與第八大隊進行樣本蒐集，其中第七大隊共收集 140 份有效樣本、第八大隊共收集 123 份有效樣本；各分隊的樣本分佈如表所示。

表 4-1-1 樣本數分布

來源	份數	來源	份數
第七大隊		第八大隊	
(1). 大隊部	24	(1). 大隊部	25
(2). 中港分隊	22	(2). 文昌分隊	26
(3). 中區分隊	22	(3). 北屯分隊	19
(4). 信義分隊	22	(4). 水滸分隊	18
(5). 勤工分隊	19	(5). 四平分隊	17
(6). 東英分隊	19	(6). 東山分隊	18
(7). 專責救護隊	12		
小計：	140	小計：	123
		合計：	263

二、樣本背景分析

如表 4-1-2，本研究 263 份消防隊從業人員樣本在各個基本變項資料的分佈如下。

1. 性別：樣本收集結果以男性為主，佔 90.10%。
2. 年齡：樣本的年齡分佈以「26-30 歲」者居相對多數（30.00%），其次為「31-35 歲」者（19.40%）；資料顯示 40 歲以下的青壯年比例為多數，共佔 74.10%。
3. 教育程度：本研究收集的樣本以「專科」與「大學」畢業者為多數，各為 41.10%、40.70%。
4. 服務年資：樣本的服務年資以「5 年(含)以下」者相對較多（32.70%），其次是「6-10 年」者（29.30%）；此部分數據呼應樣本的年齡結構。
5. 擔任職務：樣本數據顯示超過八成為擔任「隊員」（83.30%），擔任

「小隊長」的比例為 12.50%。

6. 婚姻狀態：未婚比例略低（43.00%），已婚者中已有子女的比例為 40.30%。

表 4-1-2 樣本背景分析

類別	項目	次數	百分比
年級	(1)男	237	90.10%
	(2)女	26	9.90%
年齡	(1)25 歲(含)以下	38	14.40%
	(2)26-30 歲	79	30.00%
	(3)31-35 歲	51	19.40%
	(4)36-40 歲	27	10.30%
	(5)41-45 歲	26	9.90%
	(6)46-50 歲	23	8.70%
	(7)51 歲(含)以上	19	7.20%
教育程度	(1)高中(職)	27	10.30%
	(2)專科	108	41.10%
	(3)大學	107	40.70%
	(4)碩士或博士	21	8.00%
服務年資	(1)5 年(含)以下	86	32.70%
	(2)6-10 年	77	29.30%
	(3)11-15 年	37	14.10%
	(4)16-20 年	26	9.90%
	(5)21 年(含)以上	37	14.10%
擔任職務	(1)隊員	219	83.30%
	(2)小隊長	33	12.50%
	(3)分隊長	11	4.20%
婚姻狀態	(1)未婚	113	43.00%
	(2)已婚-無子女	44	16.70%
	(3)已婚-有子女	106	40.30%

貳、研究量表之現況分析

本部份以描述性統計（平均數、標準差）分析研究構面之回應狀況；藉以瞭解受訪者在「休閒參與」與「工作壓力」等量表之現況情形；認同狀況以給分呈現，分數越高代表對該題項與量表之參與或認同越高。

一、休閒參與量表

「休閒參與」量表之題項分析，如表 4-1-3、表 4-1-4。本量表分數最低 1 分（不曾參與）、2 分（很少參與）...至最高 5 分（總是參與），分數越高表示對於所列的活動參與程度越高，包含消遣娛樂型、知識藝文型、戶外遊憩型、運動健身型、社交聯誼型等活動類型。

（一）個別因素之描述性統計分析

如表 4-1-3，本研究樣本較高參與認知的活動類型為「運動健身型」（均數 3.204）、「消遣娛樂型」次之（均數 3.116）等項目；相對而言，「知識藝文型」的參與程度最低（均數 2.837）。

表 4-1-3 「休閒參與」量表之因素均數比較

NO.	因素內容	平均數	標準差	排序
1.	消遣娛樂型（12 個題項）	3.116	0.556	2
2.	知識藝文型（8 個題項）	2.837	0.712	5
3	戶外遊憩型（5 個題項）	3.092	0.725	3
4	運動健身型（5 個題項）	3.204	0.741	1
5	社交聯誼型（5 個題項）	2.982	0.719	4

整體量表：	3.046	0.530	-
-------	-------	-------	---

(二) 個別題項之描述性統計分析

「休閒參與」量表個別題項均數如表 4-1-4；敘述如下。

1. 在「消遣娛樂型」活動中，均數較高的題項為「27.上網 (line、fb)」(3.640)，題項「24.聊天」次之 (3.510)，顯示多數的受訪者喜歡聊天；相對而言，題項「30.嗜好品收藏」的參與程度最低 (2.750)。
2. 在「知識藝文型」活動中，均數較高的題項為「1.閱讀書報雜誌」(3.250)，題項「3.自我進修/參加學習課程」次之 (2.970)；相對而言，題項「4.書法/繪畫/寫作」的參與程度最低 (2.560)，越專業的藝文參與程度越低。
3. 在「戶外遊憩型」活動中，均數較高的題項為「7.散步-」(3.380)；相對而言，題項「17.賞鳥」的參與程度最低 (2.530)。
4. 在「運動健身型」活動中，均數較高的題項為「21.觀看體育競賽」(3.310)、題項「20.運動健身/體能運動」次之 (3.300)；運動活動的觀賞與參與受消防隊員喜愛。
5. 在「社交聯誼型」活動中，均數較高的題項為「34.與朋友同事聚餐宴會」(3.350)，題項「32.參加民間社團組織」相對最低 (2.600)、「31.義工服務」次低 (2.600)，顯示消防隊員參與民間組織的程度

並不高。

表 4-1-4 「休閒參與」量表之各題項均數比較

NO.題目	平均數	標準差	排序
消遣娛樂型			
9. 打電動/電腦遊戲	3.330	1.113	5
10. 購買彩券/刮刮樂	2.780	1.026	10
11. 棋類及牌類之休閒活動	2.840	1.010	8
22. 看電視/看電影/聽音樂/聽廣播	3.500	1.018	3
23. 唱歌/KTV/卡拉 OK	3.060	1.052	6
24. 聊天	3.510	1.037	2
25. 泡茶	3.410	1.044	4
26. 泡溫泉/洗三溫暖	2.980	1.034	7
27. 上網 (line、fb)	3.640	1.071	1
28. 園藝	2.830	1.134	9
29. 養寵物	2.760	1.252	11
30. 嗜好品收藏	2.750	1.184	12
知識藝文型			
1. 閱讀書報雜誌	3.250	0.999	1
2. 參觀藝文展覽活動-	2.880	0.983	3
3. 自我進修/參加學習課程	2.970	0.959	2
4. 書法/繪畫/寫作	2.560	1.068	8
5. 觀賞音樂會/戲劇表演	2.780	1.086	5
6. 攝影-	2.770	1.046	6
12. 民俗慶典/民俗文化活動	2.790	1.035	4
13. 宗教活動	2.690	1.078	7
戶外遊憩型			
7. 散步-	3.380	0.976	1
14. 郊遊戶外活動	3.240	0.960	2
15. 國內外觀光旅遊	3.240	1.044	3
16. 登山/健行	3.080	1.025	4

17. 賞鳥	2.530	1.213	5
運動健身型			
8. 參與室內球類運動	3.160	1.032	3
18. 慢跑-	3.150	1.043	4
19. 騎腳踏車	3.100	1.036	5
20. 運動健身/體能運動	3.300	1.029	2
21. 觀看體育競賽	3.310	1.122	1
社交聯誼型			
31. 義工服務	2.610	1.106	4
32. 參加民間社團組織	2.600	1.154	5
33. 親人聚會/居家親子活動	3.340	0.982	2
34. 與朋友同事聚餐宴會	3.350	0.972	1
35. 參加工作機關舉辦的活動	3.010	1.017	3

二、工作壓力量表

「工作壓力量表」之題項分析，如表 4-1-5、表 4-1-6。最低 1 分（非常同意）、2 分（同意）...至最高 5 分（非常不同意），分數越高表示對於所列示的壓力感受越低。

（一）個別因素之描述性統計分析

「工作壓力量表」共分為四個因素，因素之均數表現以「人際壓力」之情況相對略低，均數為 2.738，次低因素為「工作負荷壓力」(2.716)。然四個因素的壓力呈現相去不遠，整體量表均數為 2.675。

表 4-1-5 「工作壓力量表」個別因素之描述性統計

NO. 類別	平均數	標準差	排序
1. 工作負荷壓力 (3 個題項)	2.716	0.839	2
2. 角色壓力 (3 個題項)	2.608	0.757	4
3. 人際壓力 (3 個題項)	2.738	0.774	1
4. 專業壓力 (3 個題項)	2.638	0.891	3
整體量表：	2.675	0.674	-

(二) 各題項之描述性統計分析

「工作壓力」量表個別題項均數如表 4-1-6；敘述如下。

1. 在「工作負荷壓力」因素中，均數較高的題項為「1.我感覺自己好像無法勝任目前的工作」(3.000)，而題項「3.工作時間長，工作量大，常造成身心疲累」均數最低(2.600)，顯示身心疲憊的程度。
2. 在「角色壓力」因素中，均數最低的題項為「8.當新聞媒體報導消防人員因救災殉職的消息時，家人會因此感到擔心」(2.290)，顯示承擔極大的職業風險。
3. 在「人際壓力」因素中，均數最低的題項為「9.上級的督導與要求讓我感到壓力」(2.570)，顯示來自上級的管理要求讓消防隊員承擔極大的壓力。
4. 在「專業壓力」因素中，均數最低的題項為「16.執行工作當服務的熱誠無法得到民眾的肯定及尊重時會因此感到沮喪」(2.560)，顯示來自民眾的壓力。

表 4-1-6 「工作壓力」量表之各題項均數比較

NO.題目	平均數	標準差	排序
工作負荷壓力			
1. 我常感到工作負荷量大量增加中	2.640	1.024	2
2. 我常有做不完的工作	2.620	1.022	3
3. 工作時間長，工作量大，常造成身心疲累	2.600	1.032	4
4. 我感覺自己好像無法勝任目前的工作	3.000	1.075	1
角色壓力			
5. 我的工作經常讓我無法兼顧家庭	2.710	1.074	2
6. 我回家後很不容易放輕鬆把工作放下	2.790	1.000	1
7. 消防工作改變了我的生活步調，無法與家人一起作 息吃飯或出遊	2.650	0.920	3
8. 當新聞媒體報導消防人員因救災殉職的消息時，家人會因此感到擔心	2.290	1.034	4
人際壓力			
9. 上級的督導與要求讓我感到壓力	2.570	0.954	4
10. 依法執行勤務與人情壓力，常讓我感到困擾	2.610	0.989	3
11. 我常為長官、親友、民代的請託感到困擾	2.680	1.013	2
12. 我會因與同事間的相處方式感到困擾	3.080	1.060	1
專業壓力			
13. 民眾對於消防人員的期望，讓我感到壓力	2.680	1.033	2
14. 我會因民眾對於消防人員專業能力的質疑感到鬱悶	2.750	1.018	1
15. 我常因民眾對於消防人員要求過多的服務項目而 感到壓力沉重	2.570	1.060	3
16. 執行工作當服務的熱誠無法得到民眾的肯定及尊 重時會因此感到沮喪	2.560	1.147	4

第二節 個人背景變項之顯著性差異分析

本節主要目的在於探究不同個人背景變項（性別、年齡、教育程度、服務年資、擔任職務、婚姻狀態）之下，受訪者於研究量表（休閒參與量表、工作壓力量表）之認知與表現是否有顯著性差異。考驗方法分別以背景變項為自變項，並以各量表之內容為依變項，以t檢定(t-test)及單因子變異數(One-way ANOVA)等統計方法進行顯著性差異分析，以了解不同背景的樣本在研究量表上的差異情形。

壹、背景變項不同於休閒參與量表之顯著性差異分析

一、性別不同於休閒參與量表之顯著性差異分析

本部分以 t-test 進行顯著性差異檢定，以瞭解受訪者是否因為性別狀況之不同而在研究量表之認知有顯著性差異；結果如表 4-2-1，因性別之不同於各因素均未達達顯著性差異 ($p>0.05$)。

表 4-2-1 性別不同於休閒參與量表之顯著性差異分析

構面(依變項)	項目(自變項)	個數	平均數	標準差	t 值	p 值
消遣娛樂型	(1)男	237	3.121	0.559	0.497	0.620
	(2)女	26	3.064	0.537		
知識藝文型	(1)男	237	2.824	0.724	-0.903	0.367
	(2)女	26	2.957	0.593		
戶外遊憩型	(1)男	237	3.070	0.717	-1.488	0.138
	(2)女	26	3.292	0.780		

運動健身型	(1)男	237	3.214	0.727	0.696	0.487
	(2)女	26	3.108	0.866		
社交聯誼型	(1)男	237	2.962	0.715	-1.346	0.179
	(2)女	26	3.162	0.740		

自變項：性別。

二、年齡不同於休閒參與量表之顯著性差異分析

本部分以 ANOVA 進行顯著性差異檢定，以瞭解受訪者是否因為年齡之不同而在休閒參與之認知有顯著性差異。結果如表 4-3-2，「消遣娛樂型」、「運動健身型」與「社交聯誼型」的休閒參與因自變項年齡之不同而有顯著差異（ $p < 0.01$ 或 $p < 0.05$ ）；以 Scheffe 事後比較發現「運動健身型」，「25 歲(含)以下」年齡者顯著高於「31-35 歲」與「41-45 歲」者（ $p < 0.05$ ）。

表 4-2-2 年齡不同於休閒參與量表之顯著性差異分析

構面(依變項)	項目(自變項)	個數	平均數	標準差	F 值	p 值	Scheffe
消遣娛樂型	(1)25 歲(含)以下	38	3.360	0.488	3.338	0.003**	-
	(2)26-30 歲	79	3.140	0.607			
	(3)31-35 歲	51	3.010	0.533			
	(4)36-40 歲	27	2.969	0.519			
	(5)41-45 歲	26	2.878	0.492			
	(6)46-50 歲	23	3.319	0.547			
	(7)51 歲(含)以上	19	3.097	0.458			
知識藝文型	(1)25 歲(含)以下	38	2.799	0.697	1.947	0.074	-
	(2)26-30 歲	79	2.813	0.747			
	(3)31-35 歲	51	2.743	0.672			
	(4)36-40 歲	27	2.926	0.642			

	(5)41-45 歲	26	2.620	0.627			
	(6)46-50 歲	23	3.228	0.892			
	(7)51 歲(含)以上	19	2.961	0.525			
戶外遊憩型	(1)25 歲(含)以下	38	3.332	0.810	1.432	0.202	-
	(2)26-30 歲	79	3.096	0.740			
	(3)31-35 歲	51	2.953	0.551			
	(4)36-40 歲	27	2.956	0.680			
	(5)41-45 歲	26	2.977	0.791			
	(6)46-50 歲	23	3.183	0.833			
	(7)51 歲(含)以上	19	3.211	0.672			
運動健身型	(1)25 歲(含)以下	38	3.616	0.690	3.762	0.001**	(1)>(3)*
	(2)26-30 歲	79	3.273	0.681			(1)>(5)*
	(3)31-35 歲	51	2.965	0.701			
	(4)36-40 歲	27	3.178	0.919			
	(5)41-45 歲	26	2.939	0.476			
	(6)46-50 歲	23	3.157	0.894			
	(7)51 歲(含)以上	19	3.190	0.691			
社交聯誼型	(1)25 歲(含)以下	38	3.032	0.706	2.248	0.039*	-
	(2)26-30 歲	79	2.901	0.664			
	(3)31-35 歲	51	2.933	0.583			
	(4)36-40 歲	27	2.941	0.887			
	(5)41-45 歲	26	2.754	0.853			
	(6)46-50 歲	23	3.304	0.649			
	(7)51 歲(含)以上	19	3.326	0.772			

自變項：年齡；** $p < 0.01$, * $p < 0.05$ 。

三、教育程度不同於休閒參與量表之顯著性差異分析

本部分以 ANOVA 進行顯著性差異檢定，以瞭解受訪者是否因為教育程度之不同而在休閒參與之認知有顯著性差異。結果如表 4-2-3，五個休閒

參與活動類別於「社交聯誼型」因教育程度之不同而有顯著差異 ($p < 0.05$)，Scheffe 事後比較發現，「高中(職)」者顯著高於「專科」者。

表 4-2-3 教育程度不同於休閒參與量表之顯著性差異分析

構面(依變項)	項目(自變項)	個數	平均數	標準差	F 值	p 值	Scheffe
消遣娛樂型	(1)高中(職)	27	3.225	0.475	2.430	0.066	-
	(2)專科	108	3.007	0.550			
	(3)大學	107	3.179	0.578			
	(4)碩士或博士	21	3.210	0.514			
知識藝文型	(1)高中(職)	27	3.000	0.583	0.656	0.580	-
	(2)專科	108	2.850	0.719			
	(3)大學	107	2.796	0.777			
	(4)碩士或博士	21	2.774	0.431			
戶外遊憩型	(1)高中(職)	27	3.296	0.718	2.123	0.098	-
	(2)專科	108	3.154	0.750			
	(3)大學	107	2.966	0.708			
	(4)碩士或博士	21	3.152	0.623			
運動健身型	(1)高中(職)	27	3.015	0.872	1.566	0.198	-
	(2)專科	108	3.176	0.708			
	(3)大學	107	3.228	0.739			
	(4)碩士或博士	21	3.467	0.705			
社交聯誼型	(1)高中(職)	27	3.348	0.594	3.677	0.013*	(1)>(2)*
	(2)專科	108	2.865	0.759			
	(3)大學	107	2.979	0.718			
	(4)碩士或博士	21	3.124	0.467			

自變項：教育程度, * $p < 0.05$ 。

四、服務年資不同於休閒參與量表之顯著性差異分析

本部分以 ANOVA 進行顯著性差異檢定，以瞭解受訪者是否因為服務

年資之不同而在研究量表之認知有顯著性差異；結果如表 4-2-4。「消遣娛樂型」與「運動健身型」因服務年資之不同達顯著性差異($p<0.01$ 或 $p<0.05$)，Scheffe 事後比較發現，「運動健身型」中之「5 年(含)以下」者顯著高於年資「6-10 年」、「11-15 年」與「21 年(含)以上」者 ($p<0.05$)。

表 4-2-4 服務年資不同於休閒參與量表之顯著性差異分析

構面(依變項)	項目(自變項)	個數	平均數	標準差	F 值	p 值	Scheffe
消遣娛樂型	(1)5 年(含)以下	86	3.283	0.606	3.068	0.017*	-
	(2)6-10 年	77	3.060	0.495			
	(3)11-15 年	37	2.998	0.648			
	(4)16-20 年	26	3.032	0.431			
	(5)21 年(含)以上	37	3.020	0.467			
知識藝文型	(1)5 年(含)以下	86	2.737	0.816	0.981	0.418	-
	(2)6-10 年	77	2.942	0.589			
	(3)11-15 年	37	2.862	0.701			
	(4)16-20 年	26	2.909	0.633			
	(5)21 年(含)以上	37	2.777	0.751			
戶外遊憩型	(1)5 年(含)以下	86	3.128	0.850	0.411	0.801	-
	(2)6-10 年	77	3.146	0.605			
	(3)11-15 年	37	3.016	0.732			
	(4)16-20 年	26	3.000	0.718			
	(5)21 年(含)以上	37	3.038	0.653			
運動健身型	(1)5 年(含)以下	86	3.519	0.739	6.396	0.000**	(1)>(2)*
	(2)6-10 年	77	3.070	0.679			(1)>(3)*
	(3)11-15 年	37	2.978	0.816			(1)>(5)*
	(4)16-20 年	26	3.108	0.484			
	(5)21 年(含)以上	37	3.043	0.737			
社交聯誼型	(1)5 年(含)以下	86	2.961	0.741	0.192	0.942	-
	(2)6-10 年	77	2.953	0.664			
	(3)11-15 年	37	3.000	0.773			

(4)16-20 年	26	3.085	0.679
(5)21 年(含)以上	37	3.000	0.776

自變項：服務年資；** $p < 0.01$, * $p < 0.05$ 。

五、擔任職務不同於休閒參與量表之顯著性差異分析

本部分以 ANOVA 進行顯著性差異檢定，以瞭解受訪者是否因為職務之不同而有顯著性認知差異；結果如表 4-2-5，皆未因職務之不同有顯著性差異 ($p > 0.05$)；均數表現均以「分隊長」者的參與狀況最低。

表 4-2-5 擔任職務不同於休閒參與量表之顯著性差異分析

構面(依變項)	項目(自變項)	個數	平均數	標準差	F 值	p 值	Scheffe
消遣娛樂型	(1)隊員	219	3.132	0.570	1.312	0.271	-
	(2)小隊長	33	3.096	0.472			
	(3)分隊長	11	2.856	0.486			
知識藝文型	(1)隊員	219	2.833	0.718	0.529	0.590	-
	(2)小隊長	33	2.921	0.761			
	(3)分隊長	11	2.671	0.376			
戶外遊憩型	(1)隊員	219	3.095	0.736	0.404	0.668	-
	(2)小隊長	33	3.133	0.597			
	(3)分隊長	11	2.909	0.878			
運動健身型	(1)隊員	219	3.196	0.754	1.544	0.216	-
	(2)小隊長	33	3.352	0.617			
	(3)分隊長	11	2.909	0.766			
社交聯誼型	(1)隊員	219	2.956	0.704	1.512	0.222	-
	(2)小隊長	33	3.182	0.793			
	(3)分隊長	11	2.891	0.745			

自變項：擔任職務。

六、婚姻狀態不同於休閒參與量表之顯著性差異分析

本部分以 ANOVA 進行顯著性差異檢定，以瞭解受訪者是否因為婚姻狀態之不同而在研究量表之認知有顯著性差異；結果如表 4-2-6。「消遣娛樂型」與「運動健身型」因婚姻狀態之不同達顯著性差異 ($p < 0.01$)，Scheffe 事後比較發現，均以「未婚」者顯著高於「已婚-有子女」者 ($p < 0.05$)。

表 4-2-6 婚姻狀態不同於休閒參與量表之顯著性差異分析

構面(依變項)	項目(自變項)	個數	平均數	標準差	F 值	p 值	Scheffe
消遣娛樂型	(1)未婚	113	3.254	0.606	6.535	0.002**	(1)>(3)*
	(2)已婚-無子女	44	3.053	0.377			
	(3)已婚-有子女	106	2.995	0.535			
知識藝文型	(1)未婚	113	2.770	0.786	1.704	0.184	-
	(2)已婚-無子女	44	3.003	0.563			
	(3)已婚-有子女	106	2.840	0.678			
戶外遊憩型	(1)未婚	113	3.131	0.790	0.552	0.576	-
	(2)已婚-無子女	44	2.996	0.677			
	(3)已婚-有子女	106	3.091	0.672			
運動健身型	(1)未婚	113	3.375	0.711	6.677	0.001**	(1)>(3)*
	(2)已婚-無子女	44	3.214	0.681			
	(3)已婚-有子女	106	3.017	0.758			
社交聯誼型	(1)未婚	113	2.913	0.742	0.913	0.403	-
	(2)已婚-無子女	44	3.018	0.604			
	(3)已婚-有子女	106	3.040	0.737			

自變項：婚姻狀態；** $p < 0.01$, * $p < 0.05$ 。

貳、背景變項不同於工作壓力量表之顯著性差異分析

一、性別不同於工作壓力量表之顯著性差異分析

本部分以 t-test 進行顯著性差異檢定，以瞭解受訪者是否因為性別狀況之不同而在工作壓力量表之認知有顯著性差異；結果如表 4-2-7，均未因性別之不同達顯著性差異 ($p>0.05$)，觀察平均數之表現，均以女性的認知較低，顯示有較高的壓力承擔。

表 4-2-7 性別不同於工作壓力量表之顯著性差異分析

構面(依變項)	項目(自變項)	個數	平均數	標準差	t 值	p 值
工作負荷壓力	(1)男	237	2.717	0.846	0.089	0.929
	(2)女	26	2.702	0.784		
角色壓力	(1)男	237	2.623	0.759	0.973	0.331
	(2)女	26	2.471	0.743		
人際壓力	(1)男	237	2.752	0.794	0.915	0.361
	(2)女	26	2.606	0.549		
專業壓力	(1)男	237	2.645	0.899	0.367	0.714
	(2)女	26	2.577	0.821		

自變項：性別；** $p<0.01$ 。

二、年齡不同於工作壓力量表之顯著性差異分析

本部分以 ANOVA 進行顯著性差異檢定，以瞭解受訪者是否因為年齡之不同而在工作壓力之認知有顯著性差異。結果如表 4-2-8，「角色壓力」、「人際壓力」的因自變項年齡之不同而有顯著差異 ($p<0.01$ 或 $p<0.05$)，

Scheffe 事後比較未有組間顯著性差異，然均以「41-45 歲」年齡者承擔較大的壓力（均數最低）。

表 4-2-8 年齡不同於工作壓力量表之顯著性差異分析

構面(依變項)	項目(自變項)	個數	平均數	標準差	F 值	p 值	Scheffe
工作負荷壓力	(1)25 歲(含)以下	38	2.822	0.872	1.493	0.181	-
	(2)26-30 歲	79	2.668	0.848			
	(3)31-35 歲	51	2.539	0.704			
	(4)36-40 歲	27	2.806	0.850			
	(5)41-45 歲	26	2.577	0.908			
	(6)46-50 歲	23	2.815	0.880			
	(7)51 歲(含)以上	19	3.118	0.839			
角色壓力	(1)25 歲(含)以下	38	2.803	0.640	3.341	0.003**	-
	(2)26-30 歲	79	2.497	0.670			
	(3)31-35 歲	51	2.515	0.711			
	(4)36-40 歲	27	2.713	0.942			
	(5)41-45 歲	26	2.240	0.684			
	(6)46-50 歲	23	2.848	0.821			
	(7)51 歲(含)以上	19	3.000	0.890			
人際壓力	(1)25 歲(含)以下	38	2.750	0.738	2.603	0.018*	-
	(2)26-30 歲	79	2.658	0.733			
	(3)31-35 歲	51	2.564	0.669			
	(4)36-40 歲	27	2.982	0.799			
	(5)41-45 歲	26	2.539	0.770			
	(6)46-50 歲	23	3.000	0.836			
	(7)51 歲(含)以上	19	3.118	0.962			
專業壓力	(1)25 歲(含)以下	38	2.684	0.974	1.917	0.078	-
	(2)26-30 歲	79	2.636	0.788			
	(3)31-35 歲	51	2.515	0.756			
	(4)36-40 歲	27	2.833	0.891			
	(5)41-45 歲	26	2.221	0.950			

(6)46-50 歲	23	2.913	0.919
(7)51 歲(含)以上	19	2.842	1.179

自變項：年齡；** $p < 0.01$, * $p < 0.05$ 。

三、教育程度不同於工作壓力量表之顯著性差異分析

本部分以 ANOVA 進行顯著性差異檢定，以瞭解受訪者是否因為教育程度之不同而在工作壓力之認知有顯著性差異。結果如表 4-2-9，四個工作壓力因素均未因為教育程度之不同而有顯著差異 ($p > 0.05$)。

表 4-2-9 教育程度不同於工作壓力量表之顯著性差異分析

構面(依變項)	項目(自變項)	個數	平均數	標準差	F 值	p 值	Scheffe
工作負荷壓力	(1)高中(職)	27	2.972	0.741	1.841	0.140	-
	(2)專科	108	2.593	0.865			
	(3)大學	107	2.752	0.785			
	(4)碩士或博士	21	2.833	1.020			
角色壓力	(1)高中(職)	27	2.824	0.846	0.927	0.428	-
	(2)專科	108	2.563	0.747			
	(3)大學	107	2.589	0.725			
	(4)碩士或博士	21	2.667	0.860			
人際壓力	(1)高中(職)	27	3.019	0.909	1.486	0.219	-
	(2)專科	108	2.715	0.823			
	(3)大學	107	2.717	0.708			
	(4)碩士或博士	21	2.595	0.594			
專業壓力	(1)高中(職)	27	2.870	1.057	1.165	0.324	-
	(2)專科	108	2.593	0.902			
	(3)大學	107	2.586	0.809			
	(4)碩士或博士	21	2.833	0.988			

自變項：教育程度。

四、服務年資不同於工作壓力量表之顯著性差異分析

本部分以 ANOVA 進行顯著性差異檢定，以瞭解受訪者是否因為服務年資之不同而在研究量表之認知有顯著性差異；結果如表 4-2-10，「角色壓力」與「人際壓力」均因服務年資之不同達顯著性差異 ($p < 0.05$)，以 Scheffe 事後比較觀察平均數之表現，未有組間差異，然均以年資「6-10 年」與「11-15 年」者的壓力程度較高。

表 4-2-10 服務年資不同於工作壓力量表之顯著性差異分析

構面(依變項)	項目(自變項)	個數	平均數	標準差	F 值	p 值	Scheffe
工作負荷壓力	(1)5 年(含)以下	86	2.794	0.914	1.829	0.124	-
	(2)6-10 年	77	2.555	0.724			
	(3)11-15 年	37	2.682	0.857			
	(4)16-20 年	26	2.625	0.772			
	(5)21 年(含)以上	37	2.966	0.866			
角色壓力	(1)5 年(含)以下	86	2.686	0.736	2.829	0.025*	-
	(2)6-10 年	77	2.435	0.746			
	(3)11-15 年	37	2.453	0.669			
	(4)16-20 年	26	2.750	0.686			
	(5)21 年(含)以上	37	2.845	0.879			
人際壓力	(1)5 年(含)以下	86	2.744	0.754	2.585	0.038*	-
	(2)6-10 年	77	2.620	0.801			
	(3)11-15 年	37	2.581	0.638			
	(4)16-20 年	26	2.827	0.659			
	(5)21 年(含)以上	37	3.061	0.887			
專業壓力	(1)5 年(含)以下	86	2.704	0.914	0.776	0.542	-
	(2)6-10 年	77	2.513	0.785			

(3)11-15 年	37	2.568	0.796
(4)16-20 年	26	2.769	0.809
(5)21 年(含)以上	37	2.723	1.159

自變項：服務年資；** $p < 0.01$, * $p < 0.05$ 。

五、擔任職務不同於工作壓力量表之顯著性差異分析

本部分以 ANOVA 進行顯著性差異檢定，以瞭解受訪者是否因為擔任職務之不同而在研究量表之認知有顯著性差異；結果如表 4-2-11，於「角色壓力」、「人際壓力」與「專業壓力」均因擔任職務之不同達顯著性差異 ($p < 0.01$)，Scheffe 事後比較均以「隊員」者的壓力狀況較高 ($p < 0.05$, 均數最低)。

表 4-2-11 擔任職務不同於工作壓力量表之顯著性差異分析

構面(依變項)	項目(自變項)	個數	平均數	標準差	F 值	p 值	Scheffe
工作負荷壓力	(1)隊員	219	2.660	0.853	2.974	0.053	-
	(2)小隊長	33	3.008	0.623			
	(3)分隊長	11	2.955	0.947			
角色壓力	(1)隊員	219	2.550	0.736	5.422	0.005**	(2)>(1)*
	(2)小隊長	33	3.008	0.683			
	(3)分隊長	11	2.568	1.061			
人際壓力	(1)隊員	219	2.671	0.764	10.085	0.000**	(2)>(1)*
	(2)小隊長	33	3.273	0.668			
	(3)分隊長	11	2.455	0.640			
專業壓力	(1)隊員	219	2.595	0.842	6.212	0.002**	(2)>(1)*
	(2)小隊長	33	3.083	0.964			
	(3)分隊長	11	2.159	1.190			

自變項：擔任職務；** $p < 0.01$, * $p < 0.05$ 。

六、婚姻狀態不同於工作壓力量表之顯著性差異分析

本部分以 ANOVA 進行顯著性差異檢定，以瞭解受訪者是否因為婚姻狀態之不同而在研究量表之認知有顯著性差異；結果如表 4-2-12，四個壓力因素均未因為婚姻狀態之不同達顯著性差異 ($p > 0.05$)。觀察平均數均以「未婚」者的壓力程度較高。

表 4-2-12 婚姻狀態不同於工作壓力量表之顯著性差異分析

構面(依變項)	項目(自變項)	個數	平均數	標準差	F 值	p 值	Scheffe
工作負荷壓力	(1)未婚	113	2.624	0.897	1.196	0.304	-
	(2)已婚-無子女	44	2.796	0.839			
	(3)已婚-有子女	106	2.781	0.771			
角色壓力	(1)未婚	113	2.507	0.735	1.802	0.167	-
	(2)已婚-無子女	44	2.676	0.808			
	(3)已婚-有子女	106	2.689	0.753			
人際壓力	(1)未婚	113	2.633	0.773	2.287	0.104	-
	(2)已婚-無子女	44	2.909	0.787			
	(3)已婚-有子女	106	2.778	0.760			
專業壓力	(1)未婚	113	2.562	0.874	0.979	0.377	-
	(2)已婚-無子女	44	2.614	1.021			
	(3)已婚-有子女	106	2.729	0.850			

自變項：婚姻狀態；** $p < 0.01$, * $p < 0.05$ 。

茲以表 4-2-13 整理上述顯著性檢定結果。

表 4-2-13 個人背景變項之顯著性差異分析結果

自變項 依變項	個人背景					
	性別	年齡	教育程度	服務年資	擔任職務	婚姻狀態
休閒參與量表						✓
消遣娛樂型		✓		✓		
知識藝文型						
戶外遊憩型						
運動健身型		✓		✓		✓
社交聯誼型		✓	✓			
工作壓力量表						
工作負荷壓力						
角色壓力		✓		✓	✓	
人際壓力		✓		✓	✓	
專業壓力					✓	

✓代表 $p < 0.05$ 或 $p < 0.01$ 。

第三節 休閒參與程度於工作壓力顯著性差異分析

本節主要目的在於探究不同休閒參與程度之下，受訪者於工作壓力量表之認知與表現是否有顯著性差異。將休閒參與各因素分為兩組（均數3分以上為高分組、均數3分以下為低分組）並為自變項，以t檢定(t-test)進行顯著性差異分析。結果如表4-3-1至表4-3-5，說明因應休閒活動參與的程度不同，在工作壓力的表現是否有差異。

壹、消遣娛樂型參與程度不同於工作壓力之顯著性差異分析

如表4-3-1，因消遣娛樂型參與程度不同，工作壓力量表之「專業壓力」有顯著性差異（ $p < 0.05$ ），以低分組（參與程度較低）承受的壓力較大。

表 4-3-1 消遣娛樂型參與程度不同於工作壓力之顯著性差異分析

構面(依變項)	項目(自變項)	個數	平均數	標準差	t 值	p 值
工作負荷壓力	(1)高分組	156	2.755	0.890	0.911	0.363
	(2)低分組	107	2.659	0.758		
角色壓力	(1)高分組	156	2.665	0.762	1.469	0.143
	(2)低分組	107	2.526	0.746		
人際壓力	(1)高分組	156	2.764	0.790	0.677	0.499
	(2)低分組	107	2.699	0.752		
專業壓力	(1)高分組	156	2.734	0.910	2.128	0.034*
	(2)低分組	107	2.498	0.846		

自變項：消遣娛樂型；* $p < 0.05$ 。

貳、知識藝文型參與程度不同於工作壓力之顯著性差異分析

如表4-3-2，因知識藝文型參與程度不同，工作壓力量表之「工作負荷壓力」、「角色壓力」、「人際壓力」與「專業壓力」均達顯著性差異($p < 0.01$)，均以低分組（參與程度較低）在各壓力的承受程度較大。

表 4-3-2 知識藝文型參與程度不同於工作壓力之顯著性差異分析

構面(依變項)	項目(自變項)	個數	平均數	標準差	t 值	p 值
工作負荷壓力	(1)高分組	122	2.861	0.806	2.635	0.009**
	(2)低分組	141	2.590	0.849		
角色壓力	(1)高分組	122	2.816	0.707	4.260	0.000**
	(2)低分組	141	2.429	0.756		
人際壓力	(1)高分組	122	2.967	0.695	4.648	0.000**
	(2)低分組	141	2.539	0.786		
專業壓力	(1)高分組	122	2.801	0.895	2.804	0.005**
	(2)低分組	141	2.497	0.865		

自變項：知識藝文型；** $p < 0.01$ 。

參、戶外遊憩型參與程度不同於工作壓力之顯著性差異分析

如表4-3-3，因知識藝文型參與程度不同，工作壓力量表之「角色壓力」、「人際壓力」與「專業壓力」均達顯著性差異 ($p < 0.01$ 或 $p < 0.05$)，均以低分組（參與程度較低）在上述三項壓力的承受程度較大。

表 4-3-3 戶外遊憩型參與程度不同於工作壓力之顯著性差異分析

構面(依變項)	項目(自變項)	個數	平均數	標準差	t 值	p 值
工作負荷壓力	(1)高分組	154	2.766	0.921	1.160	0.247

力	(2)低分組	109	2.645	0.705		
角色壓力	(1)高分組	154	2.724	0.781	2.988	0.003**
	(2)低分組	109	2.445	0.694		
人際壓力	(1)高分組	154	2.834	0.778	2.433	0.016*
	(2)低分組	109	2.601	0.750		
專業壓力	(1)高分組	154	2.760	0.859	2.669	0.008**
	(2)低分組	109	2.466	0.910		

自變項：戶外遊憩型；** $p < 0.01$, * $p < 0.05$ 。

肆、運動健身型參與程度不同於工作壓力之顯著性差異分析

如表4-3-4，因運動健身型參與程度不同，工作壓力量表之四個壓力均未達顯著性差異 ($p > 0.05$)。

表 4-3-4 運動健身型參與程度不同於工作壓力之顯著性差異分析

構面(依變項)	項目(自變項)	個數	平均數	標準差	t 值	p 值
工作負荷壓力	(1)高分組	171	2.692	0.803	-0.639	0.524
	(2)低分組	92	2.761	0.904		
角色壓力	(1)高分組	171	2.664	0.736	1.622	0.106
	(2)低分組	92	2.505	0.790		
人際壓力	(1)高分組	171	2.794	0.765	1.611	0.108
	(2)低分組	92	2.633	0.784		
專業壓力	(1)高分組	171	2.697	0.852	1.481	0.140
	(2)低分組	92	2.527	0.952		

自變項：運動健身型。

參、戶外遊憩型參與程度不同於工作壓力之顯著性差異分析

如表4-3-5，因社交聯誼型活動的參與程度不同，工作壓力量表之「工

作負荷壓力」、「角色壓力」、「人際壓力」與「專業壓力」均達顯著性差異 ($p < 0.01$)，觀察平均數之表現，均以低分組（參與程度較低）在上述四項壓力的承受程度較大。

表 4-3-5 社交聯誼型參與程度不同於工作壓力之顯著性差異分析

構面(依變項)	項目(自變項)	個數	平均數	標準差	t 值	p 值
工作負荷壓力	(1)高分組	153	2.864	0.824	3.459	0.001**
	(2)低分組	110	2.509	0.819		
角色壓力	(1)高分組	153	2.757	0.769	3.839	0.000**
	(2)低分組	110	2.402	0.693		
人際壓力	(1)高分組	153	2.886	0.736	3.747	0.000**
	(2)低分組	110	2.532	0.781		
專業壓力	(1)高分組	153	2.814	0.851	3.877	0.000**
	(2)低分組	110	2.393	0.890		

自變項：社交聯誼型；** $p < 0.01$ 。

茲以表 4-3-6 摘錄上述顯著性檢定之結果。

表 4-3-6 休閒參與程度於工作壓力顯著性差異分析結果

依變項	自變項	各類休閒參與程度				
		消遣娛樂型	知識藝文型	戶外遊憩型	運動健身型	社交聯誼型
工作負荷壓力			✓			✓
角色壓力			✓	✓		✓
人際壓力			✓	✓		✓
專業壓力		✓	✓	✓		✓

✓代表 $p < 0.05$ 或 $p < 0.01$ 。