




中部地區聽覺障礙

# 國中生休閒活動之探討

莊惠玲



## 一、前言

民國九十年起公家機關及學校實施週休二日，假期的增加，衍生而來的休閒活動勢必成爲生活重心之一。由於過去傳統社會觀念保守，只偏重於工作與學習而忽視了休閒的重要性，但隨著社會的進步，國民所得的提高，國民生活素質亦隨之改善，進而追求更高層次的休閒品質。青少年是人生中重要之發展與學習的時期，也正處於人格成長與生活適應的關鍵期，學習與休閒是調和青少年身心特質與發展。一般青少年學生面對升學考試等沉重課業的壓力，放學後都需要適當的休閒來調劑疲憊的身心，更何況有特殊學習需要的學生，他們除了需要用休閒時間來緩和學習過程所遭遇的困境，還需要從事正當休閒娛樂來放鬆緊張的情緒。

一般而言，聽覺障礙者由於本身聽力的損失，致其溝通能力不好，進而使得聽覺障礙者在從事社交及休閒活動的能力，均較一般正常人低落，久而久之，其活動範圍容易侷限於家庭與學校之間或有相同缺陷的人之間，導致其生活方式缺乏變化（鍾書得，民 86）。聽覺障礙者的休閒活動與正常人

相同，他們大都有能力學習並享受各種的休閒生活，這不僅可以緩和他們在學習過程所遭遇的困境，還可以增進其學習效果。鼓勵他們參與休閒活動可以增進獨立自主的能力與積極參與社會之活動的興趣（鍾書得，民 86）。由於聽覺障礙者的固執性、缺乏自我控制、自我中心、衝動性、挫折容忍度低等人格特性（王文科，民 86），他們必須從錯誤與觀察中習得技巧，而選擇休閒活動時，亦須經過個人的評估，環境的分析、適應等，以提高他們參與休閒活動的動機。由於聽障者缺乏溝通技能與社交技能，而表現出孤立、拒絕與社交退化的態度，因而影響其參與休閒活動的能力。鼓勵參與休閒活動並經由休閒能力的發展，可助於聽障者的自我滿足、建立與人的友誼、促進其體能發展，在團體中也較爲活潑（Cipani & Pooner, 1994）。

## 二、休閒活動的重要性

所謂的「休閒活動」是指個人在除去工作（課業）及生存必需活動（如吃飯、睡覺、家務等...）之外的自由時間內，依其個人的意見及選擇適合自己的活動，獲得愉快與滿

足的經驗，達到自我發展、自我成長及自我實現的境界。

在個人成長方面而言，不僅可幫助鬆弛身心疲憊、紓解工作或學業壓力、促進身心健全發展、獲得快樂與滿足的感受外，並且能透過休閒活動的過程中，使之獲得健全自我觀念、良好的人際關係、增加知識、建立良好的行為模式與態度、啟發智慧、激發創造力、增進工作效率等正面的成效與影響。在社會發展方面而言，個人是社會組成的一份子，人人皆依附社會而生存，當然個人的行為也直接影響社會的種種發展，休閒活動亦然，將給社會帶來種種的功能，可以促進家庭和諧，快樂的氣氛，在繁忙的生活中，把握家人共同的時間，多做一些家庭式的休閒活動，增進家庭快樂氣氛（黃文真，民74）。正當的休閒活動是可助於預防青少年犯罪，透過休閒活動可幫助學生學到課堂上所學不到的合群、助人等美德，並可活用知識，激發潛力，培養興趣、改善人際關係及增進社會福利、促進藝術文化交流、促進藝術文化交流等（謝政諭，民78）。對障礙者休閒活動的好處可分述以下三方面（一）生理方面：參與休閒活動，可幫助障礙者粗大動作與精細動作的發展，從遊戲活動中增加動作的協調能力。（二）心理方面：參與休閒活動可促進認知及語言能力的發展、緩和生活中的緊張與焦慮、學習集中注意力、正確使用課餘時間、增進智能發展、提昇解決問題能力等。（三）社會適應方面：參與休閒活動幫助障礙者發展社會關係、學習表達情緒、接納自我與他人、練習處理恐

懼與挫折、培養合群、團結、合作等社會習性。

### 三、對聽覺障礙國中生從事休閒活動的一些認識

- (一)他們比較喜歡從事的休閒活動是看電視、騎腳踏車、看報紙、幫忙家務、打球等。
- (二)個人電腦操作及逛書店是他們想要從事的休閒活動，但因需要花費金錢並不是每一個人都能如願，並且他們的社經地位家庭大部分是低社經，在買電腦及逛書店方面較有困難。
- (三)他們對需要依靠聽力或溝通才能完成的休閒活動較缺乏興趣，如聽演講、電話聊天、社會義工、聽音樂會及唱歌等。
- (四)他們與正常人在一起活動時，會顯出退縮、緊張和被動的傾向。
- (五)男生在「看電影」、「玩電動遊樂器」、「唱歌」、「看球賽」、「打球」、「撞球」、「健身術」、「騎機車兜風」、「划船」、「寫信」、「個人電腦操作」、「玩遙控車」等休閒活動項目比女生有較強烈的興趣。
- (六)女生在「蒐集影歌星照片」的休閒活動項目比男生更有興趣。
- (七)聽覺障礙國中生參與休閒活動前五大休閒動機上排名，依序為「能使我認識更多朋友」、「使我獲得身體的舒適與輕鬆」、「能使我體更健康」、「能增加我的知識」、「能使我有信心」
- (八)影響聽覺障礙國中生參與休閒活動因

素的評量優先排名，依序為「興趣」、「體力」、「健康情形」、「時間」、「家人的態度」。

(九)啓聰學校與啓聰班國中生各類型實際參與休閒活動上僅在「康樂性」、「社交性」這兩類型休閒活動有差異，但在休閒活動想要參與狀況、休閒活動參與動機及影響參與休閒活動因素上等均沒有顯著差異存在。

(十)男、女生的聽覺障礙國中生在休閒活動參與上有顯著差異存在，尤其是在「康樂性」的休閒活動，但在不同年級、社經地位的聽覺障礙國中生在實際及想要參與休閒活動上均沒有差異。

(十一)不同性別、年級、社經地位的聽覺障礙國中生在休閒活動的參與動機上均沒有顯著差異存在。

(十二)不同性別、年級、社經地位的聽覺障礙國中生在影響休閒活動因素上均沒有顯著差異存在。

#### 四、結語

由本文的探討中，我們瞭解聽覺障礙國中生所從事的「康樂性」、「體育性」、「社交性」、「藝文性」、「實用性」這五種類型休閒活動中，我們將之與一般國中生做比較，他們同樣都很喜歡從事「康樂性」、「體育性」的休閒活動，如看電視、騎腳踏車等，但在「社交性」的休閒活動，聽覺障礙國中生顯得較退縮，較不願意去接觸，可能是因本身聽力限制及溝通能力不流暢而不想去從事這方面的休閒活動，如電話聊天、社會義工

等。如何來推展聽覺障礙國中生的休閒活動，除了聽覺障礙國中生本身具備的能力及興趣外，在個人方面應加強本身與一般人的溝通能力，增強自信心外，多多參加社交性的休閒活動，還需要家庭、學校、社會的接納、協助與輔導，如此才能使聽覺障礙國中生的生活健康快樂。(現職為台中市僑孝國小教師、花蓮師院特殊教育教學碩士班研究生)

#### 參考書目

##### 一、中文部分

王文科(民86):特殊教育導論。台北市:心理出版社。

胡雅各(民81):談智能不足者休閒活動之輔導。特教園丁,第8卷第2期,9-11頁。

陳五福(民72):淺談視障者的休閒活動。特殊教育季刊,第9期,,41-43頁。

黃文真(民75):台北市國中學生休閒生活之研究。國立台灣師範大學家政研究所碩士論文。未出版。

謝政論(民78):休閒活動的理論與實際。台北:幼獅文化事業公司。

鍾書得(民86):台北市高職聽障學生休閒及其影響因素之研究。台灣師範大學衛生教育研究所碩士論文。未出版。

##### 二、英文部分

Cipani, E., & Spoons, F. (1994). Curricular and instructional Approches for persons with severe disabilities. Boston: Allyn and Bacon.

(本文作者系國立花蓮師範學院國民教育研究所特教學系二年級學生)