

集中式特教班兒童課後與休閒活動 參與現況、需求與家長態度初探

王子翎

國立臺灣師範大學
美術學系博士生

摘要

休閒是人的基本權益之一，從事休閒活動對個人的生、心理健康的重要性更是不可言喻。然而，國小身心障礙兒童，因「身心障礙」與「兒童」兩種不利身份的交織，導致他們從事休閒活動時受到更大的侷限。筆者曾擔任國小特教教師，實地接觸集中式特教班的中、重度障礙兒童時，發現主要照顧者追求的教養益品與非障礙學生家長不同，規劃子女課後與休閒活動時，在種類、時間、地點上與非障礙者家長也出現差異。

本研究旨在了解國小集中式特教班兒童課後與休閒活動的參與現況、家長規劃課後休閒活動的目的，與休閒參與阻礙因素。研究透過立意取樣訪談五名國小集中式特教班的學生家長，再進一步以內容分析法分析逐字稿。

研究結果發現，國小特教班兒童的課後活動行程緊湊，主要的活動類型包含學習、體育、休憩、藝術與消遣類等，鮮少有社交類活動。值得注意的是，部分的學習類活動非典型休閒活動，但家長安排方式與實際內容，使學習與休閒的界線變得模糊。其次，家長規劃休閒活動的目的主要為「回應個人教養益品」、「培養興趣與增進生活品質」、「宣洩過剩的體能與穩定情緒」及「增加生活體驗提升環境適應能力」。家長規劃課後休閒活動時會考量兒童本身能力、發展需求與興趣，及師資、經費、時間等結構性因素。最後，家長認為現下參與休閒活動的困境有缺乏資訊、師資與教育機構及社會環境的接納度低。

關鍵詞：休閒活動、休閒參與、身心障礙兒童、家長態度

壹、前言

近年來，臺灣各界對休閒活動的重要性與關注逐漸提升。Neulinger 與 Breit（引自陳清惠，2004，頁 15）認為休閒活動主要特

性是「自主選擇」與「滿足個人內在需求」，強調從事休閒活動時，個人心理狀態自由與不受拘束。研究指出，休閒對不同年齡層與生理狀態的人之生理、心理發展與人際關係都有正向影響（李晶、章宏智，2006；郭芳坤，2010；陳清惠，2004；蔣瑋齊等人，2015）。

休閒除了對身心有益亦為所有人的基本權利。《兒童權利公約》（2014）提到「兒童享有休息及休閒之權利；有從事適合其年齡之遊戲與娛樂活動之權利，以及自由參加文化生活與藝術活動之權利。」《身心障礙者權利公約》（2014）強調身心障礙者的文化生活、康樂、休閒與體育活動的參與權，並在公約中確認身心障礙者自主、自立的重要性。休閒活動強調自主選擇的精神與兩項公約精神相互呼應，是故，無論是兒童、障礙者或障礙兒童，都應有自主選擇個人的休閒活動並實地參與的機會。然而，研究指出，身心障礙者休閒活動參與項目與非障礙者有所差異、參與頻率較低，甚至容易遇到阻礙（高慧雲，2006；黃俐婷，2019；蔡保秀、蕭至邦，2021；簡詩婷、黃名君，2015；Shikako-Thomas & Law, 2015）。

另一方面，家長對幼兒安排休閒活動仍有重要的影響力（劉佳蕙，2011），家長的階級與教養態度則會影響家長規劃兒童休閒活動的選擇意向（Lareau, 2000/2015；藍佩嘉，2014，2019）。研究者在擔任國小集中式特教班教師時，首先觀察到中、重度障礙兒童家長追求的教養益品（goods）著重個體的身心發展與自立生活的能力。近年強調

早療的重要性，導致他們的課後活動或休閒參與和非障礙兒童或輕度障礙兒童出現差異。

本研究欲探討讀國小集中式特教班的障礙兒童的休閒參與現況與需求、家長規劃休閒活動的目的、考量向度，以及實際參與休閒時遇到的困境和挑戰。此外，本研究所定義之「課後與休閒活動」泛指兒童在學校教育以外之時間參與之相關課程與休閒活動，並於後段進行詳述。

貳、文獻探討

一、休閒活動的意涵與功能

休閒活動是多樣且能完全自由進行，具備時間上的彈性、為個體帶來滿足感，其選擇是為活動本身，非關生存與需求（Kelly, 1996/2001）。Neulinger（1981）強調個體的心理覺知為自由狀態，即可視為休閒狀態。總括來說，學者或研究共同對休閒活動提出的看法是，休閒活動泛指能「自主選擇」及「滿足個人內在需求」的活動（Kelly, 1996/2001；陳清惠，2004；劉佳蕙，2011；Mundy, 1998；Neulinger, 1981）。

從事休閒活動的好處也倍為討論，例如，從事遊戲或休閒能消耗過剩的體能、亦有淨化個體心靈、補償日常生活無法滿足的缺塊等功能（Witt & Bishop, 2009）。研究指出，休閒活動對個人身心健康、家庭關係、社交網絡乃至整體社會都有正面效應。首先，關於身心健康與休閒活動的關係，休閒活動具備「自由」的特性，提供個人選擇與

探索的機會，協助個體在不同發展階段中，展現自我不同的面向、增進自我接納與個人成長 (Kelly, 1996/2001)。其次，休閒活動是一種壓力應對策略，使人們從壓力中暫時抽離，協助個人恢復活力，促進生活平衡 (Iwasaki et al., 2005)。第三，從事休閒活動時，能建立與人互動的機會，為家庭與朋友間帶來緊密的連帶關係，家庭休閒活動頻率越高則親子互動越佳，且對生活滿意度與家庭氣氛有正向影響 (吳怡萱、鍾志強，2022；汪慧玲、沈佳生，2014；傅元幟、林晏州，2004)。

綜上所述，休閒活動強調個體自由選擇的意志。藉由參與休閒活動，創造出個人紓解壓力的空間、進行自我探索，進而使個體建立正向自我概念，因此對個人身心發展有所助益。此外，休閒活動能帶來人與人的連結，促進家庭中的親子關係。

二、障礙兒童的休閒活動參與種類與需求

首先，關於身心障礙者的休閒參與權益在近代不斷被彰顯。除了在《身心障礙者權利公約》中提到身心障礙者的休閒參與權，《兒童權利公約》中亦提及兒童應有適當的休息與休閒權利。然而，在雙重不利身份下，身障兒童有較高機率出現低度的休閒活動參與 (Shikako-Thomas & Law, 2015)。

探討休閒活動阻礙時，可從個人內在阻礙、人際間的阻礙與結構性阻礙探討。首先，個人內在阻礙包含個體的個人心理因素，如：個性、價值觀、喜好與興趣。人際間的阻礙則與個體的人際互動有關，包含親

友或同儕等人的喜好與態度。最後，結構性的阻礙指涉氣候、時間、經濟、交通甚或社會政治政策 (Crawford et al., 1991)。研究指出，身心障礙者和兒童個體性的阻礙還包含個人對休閒的認知與能力；人際間的阻礙主要為主要照顧者的教育程度；而結構性的阻礙又可分為物理與心理層面，物理層面包含可使用的休閒設施種類，心理層面則與文化價值、權力分配、標籤等社會建構的概念相關 (陳曉萍等人，2011；黃俐婷，2019)。

受限諸多阻礙與因素，身障者的休閒活動以靜態或日常家事為主，且少有專門為他們設計之活動。智能障礙成人喜歡從事低技巧、不需多餘設備的活動，因此以「感性閒逸型休閒活動」為主，例如：看影片、聽音樂和做家事等 (高慧雲，2006)。陳曉萍等人 (2011) 調查臺北市國小智能障礙學童的休閒活動參與現況，發現國小智能障礙類的學童以看電視、散步、逛街、玩玩偶與汽車為主要的休閒活動內容。簡詩婷與黃名君 (2015) 說明，特教班學生經常感到「無聊」的原因包含：對一般的休閒活動不感興趣、缺少共同從事休閒活動的人、家長與學生不熟悉休閒資源與設施，以及學生本身的障礙因素。值得一提的是，關於另類療法的研究提到，ADHD 家長會選擇運動、體操、瑜伽、太極拳、舞蹈、音樂、桌遊、戲劇、繪畫、靜坐、精油等方式 (林子勤，2021)，儘管家長的認知為一種「治療方法」，但這些活動事實上也多為非障礙者所從事的休閒活動。因此，對於障礙兒童而言，促進「發展與學習的活動」及「從事休閒」間的界線可

能是模糊的。

三、障礙兒童休閒活動參與的中介角色

由於兒童所處的社會位置特殊，成人扮演決定休閒活動至關重要的角色。關於教養，Lareau 指出，教養策略與家長社經地位、教育程度、職業地位和特性有關，教養策略進而影響家長為子女規劃學習與課後活動的內容與密集度 (Lareau, 2000/2015)。藍佩嘉 (2014、2019) 指出，親職經驗包含親職敘事、教養腳本與教養實作三個層次，層次間經常產生斷裂與矛盾。她進一步提出，父母資本與益品 (goods) 追求交織後形成不同的教養策略，影響家長對子代課後時間安排與規劃的邏輯。父母資本包含經濟、社會與文化資本；益品則是家長所追求的教育目標，簡單來說，家庭的階級或許有影響，但僅用階級的觀點解釋仍有所不足，因為教養策略也受家長所持的教育目標影響。儘管 Lareau (2000/2015) 與藍佩嘉 (2019) 的看法有所分歧，但兩人都指出，家長對兒童安排課後活動扮演決定性的重要性。然而 Lareau (2000/2015) 與藍佩嘉 (2019) 的研究，皆非以障礙家庭為主要研究對象，相關理論能否應用或說明障礙者家長的教養實作，又如何影響障礙兒童的課後時間安排，尚待進一步檢證。

李晶與章宏智 (2006) 認為，成人規範影響兒童參與休閒活動的形式、時間與身心體驗。也就是說，由於家長扮演兒童參與休閒的決定性角色，家長對休閒活動的態度與意願，影響兒童參與休閒活動的種類與時間。許多家長安排子女的休閒活動目的主要

為希望子女擁有快樂的童年、促進健康、培養幼兒的人際關係和增進親子關係 (劉佳蕙, 2011; 駱明潔、賴秀慧, 2017)。黃美香與黃永寬 (2019) 透過訪談，指出家長規劃休閒活動時會同時考量家長與幼兒的面向，例如子女的學習、健康、人際互動與興趣及家長的經濟與時間。

簡言之，家長為子女安排休閒活動的主要動機包含增進親子互動、促進健康及提供社會人際互動機會。此外，影響家長選擇休閒活動的因素有教育性、娛樂性、交通、經濟、時間與幼兒的興趣。不過，相關研究較少討論身心障礙兒童的家長規劃課後與休閒活動時的需求與態度，這是本文試圖回答的問題。

參、研究方法

本研究使用深度訪談法進行調查，訪談期間為 2023 年 3 月至 5 月。研究者以立意取樣邀請五名國小集中式特教班家長。每名家長接受一次性訪談，時間為 1 至 2 小時。訪談過程全程錄音，結束後由研究者將錄音內容轉謄為逐字稿，經受訪者確認後，再進行內容分析。

訪談的問題共有四題，依序為：「您的子女目前在學校正規課程後，有安排哪些課後活動？」、「您如何為子女安排、選擇課後活動？」、「您在為子女安排課後活動時，有哪些主要考量因素？」、「您在為子女安排課後活動時，有哪些困難？」。其中，研究問題以「課後活動」代替「休閒活動」的考量

為邀約受訪者時，發現家長未必清楚「休閒」的定義，以致家長認為子女並無休閒活動，然而，當研究者將詞彙替換為「課後活動」時，家長能全面性地分享子女的課後活動，研究者從中萃取出符合休閒的元素，並同時理解兒童實際從事休閒活動的時間。

受邀家長子女分別就讀國小一年級、三年級、五年級與六年級，其中男性三位、女

性兩位。依照職業類別區分，其中四個家庭為中產階級背景，父母從事的工作為非勞力密集的職業，例如設計師、擔任公司中的中高階主管或一般公司的職員等，一個為勞工階級家庭，受訪者從事勞力密集的工作。受訪家庭中，有兩個雙薪家庭，其餘四個家庭皆由父親或母親一方在家擔任家管。受訪者及其子女資料如表 1。

表 1
受訪者一覽表

受訪者	受訪者性別	子女代碼	子女主要障礙類別	子女性別	子女年級	社經地位
P1	女	C1	自閉症	男	六年級	中產階級 (雙薪)
P2	男	C2	自閉症	男	三年級	中產階級
P3	男	C3	自閉症	女	五年級	勞工階級 (雙薪)
P4	女	C4	智能障礙	女	六年級	中產階級
P5	女	C5	自閉症	男	一年級	中產階級

研究資料彙整之編碼方式，將受訪者按順序以 P1 至 P5 編碼，其子女以 C 和對應之數字代稱，例如 P1 之子女即為 C1。訪談後，研究者將逐字稿按主題概念分類，並依據主題及訪談內容進行概念化定義。編碼前兩碼呈現受訪者代碼，接著呈現主題代碼，末兩碼為主題下單位化話題之流水編號。

本研究之訪談謹守研究倫理，在邀請受訪者時，於事前說明本研究的研究目的與內

容，並取得同意後始得進行。研究資料僅由研究者使用，內容皆以匿名並去辨識化呈現，以保護受訪者及其子女。

肆、結果與討論

一、身障兒童休閒活動參與現況與種類

本研究透過訪談發現，家長為子女規劃密集的課後活動，雖主要仍以學習或治療活

動為主，但是部分看似為治療或學習的活動，進一步比對家長選擇活動的規劃意圖和兒童實際從事的活動內容，發現從事的內容

與休閒活動的界線是模糊的。爰此，以下將討論身障兒童的課後與休閒活動，同時以表 2 說明受訪者子女的休閒活動現況。

表 2

受訪者子女主要課後休閒活動參與現況與目的

受訪者	子女主要障礙類別	子女性別	子女年級	社經地位	主要課後與休閒活動參與現況與目的
P1	自閉症	男	六年級	中產階級*	1.消遣類活動／學生個人興趣、提升生活品質 2.藝術類活動／學生個人興趣、提升生活品質 3.體育類活動／宣洩情緒與體力
P2	自閉症	男	三年級	中產階級	1.學習類活動／提升個人能力 2.藝術類活動／學生個人興趣 3.體育類活動／發洩情緒與體力 4.消遣類活動／提升生活品質
P3	自閉症	女	五年級	勞工階級*	1.消遣類活動／學生個人興趣、提升生活品質 1.學習類活動／提升個人能力
P4	智能障礙	女	六年級	中產階級	2.體育類活動／發洩情緒與體力 3.遊憩類活動／增進親子感情、提升個人能力 4.藝術類活動／學生個人興趣、提升個人能力
P5	自閉症	男	一年級	中產階級	1.學習類活動／提升個人能力、培養學生個人興趣 2.體育類活動／發洩情緒與體力、提升個人能力 3.遊憩類活動／提升生活品質、增進親子感情 4.消遣類活動／提升生活品質、提升個人能力

註：1. 本表呈現兒童參與時長最高的三種課後活動類型，惟其中一項為學習類活動時，取前四高者，以完整呈現休閒活動的參與類別。2. *為雙薪家庭。

(一) 身障兒童課後活動豐富而緊湊

首先，兒童平日課後活動主要以學習類為主，這類活動部分為非休閒活動，部分則與休閒活動的性質有所重疊。其次，家長以

規劃體育類活動為輔，假日則偏好安排家庭出遊。若子女明顯表現出對藝術活動的興趣時，家長會為子女安排相關的課程。最後，家長提到障礙兒童在完全閒暇時，自主從事

的活動主要為消遣類的活動，如使用電子產品或具感官刺激的遊具。以下將說明各類不同活動如何交織為身障兒童平日課後與休閒活動的樣態。

家長受訪時，都優先提到為子女規劃學習類的課後活動，包括至醫療單位接受物理、職能、語言或心理治療。五位兒童平均每週花費 3 小時以上在不同類別的治療課，一週會有二至三天在不同的診所、治療所上課。隨著兒童年齡增長、兒童對課程的接受度與發展進步幅度增減，家長會開始調整治療課的種類與時數。這些兒童治療課多延續學前的安排。多位家長指出，起初他們在醫院或健保給付的診所接受早療，後續為求子女能有更密集的上課時數、提升學習成果，或希望覓得更好的師資，家長轉而選擇自費治療課或聘請治療師至家中個別指導（P1_01、P2_01、P4_01、P5_01）。從受訪者的描述發現，許多家長選擇的自費治療課，是以遊戲或藝術活動作為媒介進行，例如，透過音樂活動提升兒童的語言理解與表達，且家長多觀察子女上課意願與興趣而安排，研究者認為，縱然治療課與狹義的休閒定義不符，但是，實際的活動性質與休閒活動相似，再加上家長仍參考子女的興趣與意願，因此，研究者認為，部分治療課程與休閒活動的界線是模糊的。

其次，多數家長為子女安排體育類活動。C1、C4 與 C5 固定上游泳課，每週一次 50 分鐘至 1 小時。C2 在學前時曾經在坊間體操教室學習，儘管現階段因故停掉，但 P2 已有計畫為愛玩水的 C2 安排游泳課

（P2_01）。除了游泳課外，P1、P2、P4 與 P5 會在課後時間陪同子女到鄰近的公園使用體能類的遊樂設施，像是使用盪鞦韆和攀爬類遊具，他們假日時也傾向利用半天以上的時間，帶子女到戶外從事體能活動，例如散步或爬山（P1_01、P2_01、P4_01、P5_01）。無論是體育類課程、至公園自由使用遊具，抑或是假日從事爬山等活動，皆是身障兒童家庭提到的體育類的休閒活動。

第三，P1、P2、P4 與 P5 會固定在假期安排全家從事遊憩活動，以增進親子關係與家人的感情。他們多前往近郊戶外空間、休閒農場、遊樂園或動物園等地。P4 與 P5 說明，由於自身喜歡出門旅遊，因此，即使有了小孩還是維持此愛好，但行程規劃會因應孩子的需求而略有調整（P1_01、P2_01、P4_01、P5_01）。

部分學生課後會參與藝術類活動。C1、C2 和 C4 都有正在或曾經接觸過美術、音樂或律動等才藝課程，他們每週平均大約花費 1 至 2 小時參加藝術類課程，且他們三位也會在日常生活的零碎時間自由繪畫。此外，P1 與 P2 提到為小孩安排音樂治療，主因是發現小孩對聲音和樂器有興趣。他們起初不甚了解音樂治療，但希望由此試探子女的音樂興趣。P5 也有類似的看法，他觀察到 C5 對節奏很敏銳，希望能讓 C5 學習樂器，也考慮以音樂治療作為入門的基石。P4 提到學校開設的寒、暑假才藝班是他的選擇之一，他會從學校網站訊息挑選適合 P4 的課程，雖然課程招收對象是普通班學生，P4 仍積極聯繫授課老師取得同意，再陪同 C4 參加

(P1_01、P2_01、P4_01、P5_01)。總括來說，身障兒童參與藝術類的休閒活動主要的途徑有參與課程或藉由藝術治療的管道入門，有的學生則會在家的空閒時間自行繪畫。

(二) 身障兒童自主選擇的活動以使用 3C 為主

特殊兒童在密集規劃的課程之餘，家長仍有必須處理家務的時刻，因此兒童會有短暫的時間從事個人有興趣的活動。這些時間，他們通常以操作 3C 用品為主。C1、C2 和 C3 空閒時會使用 Youtube 觀看影片、電腦遊戲和手機遊戲，其中以 C3 使用的時間最長 (P1_02、P2_02、P3_02)。P5 分享 C5 在完全空閒時會使用家中的盪鞦韆或大龍球，由於這些活動屬於自由選擇且未有明確的意圖，因此將之列為消遣類活動。P5 提到平時多由他陪伴 C5 進行各項活動，「(C5) 就是空閒基本上可能我要準備晚餐的時候」(P5_02-10)。也就是說，當子女從事消遣類活動時，由於不太需要家長陪同、引導，因此家長可以把握時間去做其他應該做的事情，如準備餐點等。

(三) 身障兒童較少從事社交類休閒

在訪談中較少被提及的是社交類活動。本次研究對象年紀較小，且屬於中、重度障礙，尚無自行出門或規劃行程的能力，生活亦由主要照顧者協助與主導。P4 提到「到現在我覺得他還是喜歡交朋友，只是不知道怎麼跟人家互動」(P4_03-12)，P4 的作法是邀請其他障礙家庭一同出遊，在遊戲過程中提供引導，否則孩子仍以平行遊戲為

主。P1 則分享曾於醫學報導中得知「不只是身體的運動，他的腦也要運動，很特別的一個運動就是練他的社交能力」(P1_03-15)，因此有些假日會帶著 C1 一同參與宗教團體的聚會，希望藉由參與聚會「認識很多人，然後一直讓他 push 他跟人講話」(P1_03-15)。縱使社交類活動沒有經常性地被安排，特殊兒童的社交圈以家庭為單位，但是 P2、P4 與 P5 都提及他們希望能安排讓子女與其他兒童互動、融合的活動 (P2_03、P4_03、P5_03)。

綜合上述，國小集中式特教班兒童最主要的課後活動首要為參與學習類活動，並以治療課為主，但家長可能會選擇另類療法以增進兒童上課意願與樂趣，因此部份的課程與休閒活動的界線並不明確。其次為體育類活動，如散步、使用遊具和爬山；假日時，部分家長會選擇安排家庭的遊憩類活動。藝文活動參與以參加才藝課為主，較少參觀藝文場館。學生在家長需要處理家務時，會從事消遣類活動，例如使用 3C 產品或家中遊具。儘管家長期待子女有機會和其他兒童互動，但受限於兒童能力仍須由家長主導、安排社交類的活動，但社交活動在兒童休閒活動中的佔比仍很低。

二、家長規劃障礙兒童休閒活動的目的

家長為子女規劃課後休閒活動的目的分為「回應照顧者重視個人能力發展的教養益品」、「培養個人興趣與增進生活品質」、「宣洩過剩的體能與穩定情緒」與「增加生活體驗提升環境適應能力」，以下將分別討論四種目的。

(一) 回應照顧者重視個人能力發展的教養益品

家長提到安排學習類的課後活動，皆以讓子女「進步」為目標。他們使用「對小孩子很好」、「效果」、「學（不）到東西」、「成長」（P1_04-01、P2_04-08、P4_04-08、P5_04-02）等語彙描述安排課程之目的，期待課後活動能提升子女的動作能力、語言表達及人際互動技巧，同時提到必須把握黃金時期「幫他多做一些什麼或者是讓他再成長一些什麼」（P4_04-08）。但這樣的想法與教養實作，隨著子女年紀增加、發展曲線趨緩、家長教養態度轉變有所調整。P1 提到在育兒初期安排治療課「與其說期待你可能其實希望是有奇蹟吧」（P1_04-10），顯見對治療課的功效抱持高度期待，隨著治療課經驗增加、C1 年紀增長，P1 調整自己的態度，認為「應該是一個累積，就是每次都儲存、儲存一點點能量、一點點能量，到時間對的時候他才會一口氣成長、爆發」（P1_04-12），漸漸不追求立竿見影的效果。想法的轉化影響家長的教養實作與抉擇，P1 為 C1 規劃課後活動開始轉以 C1 的興趣為主，希望 C1 在才藝課所學「把它當作你的休閒興趣，……就是給你一個技能，就這樣，然後你想的時候就去做」（P1_04-15）。

親職在近代受公領域介入，各界強調科學育兒的觀念，透過發展評估量表與指標追蹤兒童的身心發展，以此作為監督家長的親職實作（藍佩嘉，2019）。特殊兒童明顯地在發展上成為公共體系治理時被標記（marked）的對象，特殊兒童的家長相對受

到比非障礙兒童家長更大的「監督」，部分家長進而將外在的框架挪為自我監督的標準，影響他們的教養實作。

另一方面，對照臺灣家長追求的「益品」（藍佩嘉，2019），身障兒童的家長有其相似之信念，只是，障礙兒童的家長關注個體的生活能力發展及生活適應能力而非學業成就。因此，規劃課後活動時，重視如何透過課後與休閒活動，培養子女的生活自理和社會適應能力。此外，如同前述，家長選擇學習類活動時，從早期重視個體發展的醫療觀點，轉而選擇非醫療化的治療課，藉由藝術治療、遊戲治療等方法，期待兒童能在培養個人能力時，同時體驗藝術、社交或遊戲的樂趣。換句話說，家長為子女安排課後活動的目的之一是回應個人的教養益品，但是他們的益品隨兒童年齡增長而有所轉換。

(二) 培養興趣與增進生活品質

第二種目標是圍繞著培養興趣及增進生活品質。P1 希望才藝課程能培養 C1 的興趣，期許 C1 未來能運用相關能力打發空閒時間。P3 對孩子的課後安排相較之下看似不具結構性，以打電動、使用 3C 產品為主，在訪談過程中，P3 相當強調「看他（C3）的感覺」（P3_05-01），做任何事情以 C3 能快樂為主。相較之下，P5 尚未觀察到 C5 感興趣的活動，因此，期待透過安排孩子參與各項課後活動，試著找到 C5 感興趣的事（P5_05）。也就是說，對家長而言，如果子女並未表現出明確的興趣，現下安排的課後活動本身即是一種興趣試探的過程。

有趣的是，家長在陳述安排活動時，「提

升個人能力」與「培養興趣及增進生活品質」兩種目的經常互相依存。舉例來說，P4 提到他為 C4 安排陶藝課時，「主要是他精細動作，所以我們是選那一科來輔助他，不會是比較死板的，像職能課可能有些比較制式的，我們希望比較活一點」(P4_05-10)。或如 P2 提到「英文我是覺得他是有興趣，……我們都會希望說他能夠早一點進步，能夠去普通班上課或幹麻，這是最好的。那去普通班上課就是最明顯的進步」(P2_05-12)。簡言之，家長認為以兒童興趣為選擇課後或休閒活動的優先考量時，若能兼顧提升兒童發展將會更加有意義，也再次體現了對家長而言，學習與休閒活動具有一體兩面的關係，並非各自獨立。

(三) 宣洩過剩的體能與穩定情緒

提到安排體育類活動時，家長首要提到的目的是「發洩體力」與「穩定情緒」(P1_06、P2_06、P4_06、P5_06)，其次還期待學生在公園從事體能活動時，能多少與其他兒童產生互動帶來社交的機會(P4_06、P5_06)。大量體能活動的建議來自專業人士，如：醫院醫師、治療師或特教教師，家長在陪伴子女參與體育活動後，也認觀察到從事大量體能活動後，子女情緒相較穩定(P1_06、P2_06、P4_06)。

此外，家長提到的社會互動需求則相對被認為難以被滿足，主要在於子女未必有意願或足夠的社會技巧讓他們能與其他同儕共同遊戲。另一方面提到，帶子女至公園時，多少會感受到異樣的眼光，因此漸漸不再期待到公園從事體能活動所帶來的社會

互動效益，而主要關注在體育類活動能宣洩體能與穩定情緒的功能(P2_06)。

(四) 增加生活體驗提升環境適應能力

家長提到休憩類活動能增加生活經驗以及提升環境適應能力。P4 與 P5 提到，他們期待透過帶孩子出遊，讓他們「多看看」(P4_07-02)及培養「更強適應環境的能力」(P5_07-02)，附帶的，家庭出遊能為家長與子女間建立共同的記憶(P4_07、P5_07)。P4 強調，特殊兒童無法理解太抽象的概念、需要較多的時間學習，孩子能在旅行過程親眼看到實際的山與海或日常生活中不常出現的物品，印象比單純口語描述或圖片還來得深刻。此外，旅行途中有許多突發狀況，讓 C4 在「安全範圍之下，那是要你自己去體驗的，才會更有感覺」(P4_07-13)。值得一提的是，P4 認為這些旅遊行程看似是為小孩安排，實際上旅行的意義是互為主體的，他從中釋放平時教養子女的壓力，讓自己在教養路上走得更長遠。以上家長的意見與過往親子休閒活動的研究結果有類似的發現(吳怡萱、鍾志強，2022；汪慧玲、沈佳生，2014；傅元幟、林晏州，2004)，家庭共同從事休閒活動能提升親子關係與生活品質。

綜合上述，家長規劃課後與休閒活動的主要目的包含培養子女各項能力、發展兒童興趣和提升生活品質、宣洩體能與穩定情緒，以及增加生活經驗以提升適應能力。值得注意的是，家長安排學習類活動時帶有休閒的概念；同時，家長也同意休閒活動帶有協助兒童發展的目的。

三、規劃障礙兒童休閒活動的考量向度

家長為障礙子女規劃課後與休閒活動的考量向度，可從子女發展與興趣、教師專業度與契合度，以及結構性因素三方面探討。

(一) 參考子女發展與興趣

障礙兒童的個人能力與現階段發展需求意指認知、動作、情緒與社會技巧能力等。首先，家長對個人能力的第一種描述是指個體能否做到某件事情。P4 說明運動對特殊兒童維持身體機能與穩定情緒的重要性後，隨即提到選擇運動種類時「我也沒辦法給他一些困難度（太高）的去參加」（P4_08-02），若要選一種適合障礙兒童能力又能全家一起做的就是爬山。另一種關於能力的描述是偏向個體參與活動的準備度，P2 提及 C2 年紀稍小時較無法遵從指令不適合安排游泳課，由家長帶他去游泳池玩水即可，隨著模仿能力與服從度提升後，就準備為他尋找適合的游泳課（P2_08）。從上可知，家長規劃課後活動時會同時考量兒童針對活動的能力可以「做到」什麼，及兒童聽指令、配合度、情緒反應等相關能力。

兒童興趣亦是家長規劃課後活動的重要依據。中、重度障礙兒童不一定能清楚表達意見，因此家長表示「一開始是用成人的角度去觀察」（P2_08-07）、「我自己去看他適不適合」（P4_08-04），或「好像現在都是我要求他做什麼，他可能就做什麼」（P5_08-07）。儘管活動參與初始由家長扮演主動規劃的角色，兒童看似為被動的主體，但家長仍重視子女對課後活動的反應，視之逐步調整時

數或內容。例如：P3 觀察 C3 對治療課反感、課前表現躁動，會大喊或在機車上跳上跳下，而將治療課停掉（P3_08）。P5 觀察到 C5 對學習產生被動與抗拒並表露疲態，因此調整上課項目與時間（P5_08）。從此觀點來說，兒童儘管看似由成人規劃、安排了緊湊的課後活動，但家長並非全然以監護人的角色單方面要求兒童配合，而是藉由觀察、詢問和兒童協商，因此研究者認為，兒童在課後活動的規劃中具有一定的能動性。

(二) 參考教師專業度和師緣

論及選擇具課程性質的活動時，家長首要強調的是「師資」，進一步說明重視「孩子有沒有辦法聽那個老師的話，然後進而學習到東西」（P1_09-02），期待「老師對他有幫助的為主」（P5_09-08）。然而，P1、P4 與 P5 都提到「不是說有那個取得這個資格的老師，就適合我的小孩」（P1_09-09）的想法，顯見專業與能否引導兒童僅是基本條件。

家長也重視「（跟孩子互相）看順眼」（P1_09-04）和「師緣」（P4_09-12）等因素。由於特殊兒童通常對陌生情境容易感到緊張，「關係密切對他就是有一種比較深的信賴感跟依賴感，所以他會覺得比較很安全，就是我覺得他表現也就不太一樣」（P5_09-13）。在建立良好的師生關係之餘，重視老師的同理與引導能力。P4 描述他曾觀察老師多次評價孩子上課的行為是「故意的」，雖然仍肯定老師的專業，但是擔心無法同理孩子又不斷給予孩子負面評價「只是讓他（C4）沒有自信心」（P4_09-20）。

(三) 參考活動費用與交通時間

家長提到的結構性阻礙包含課程與休閒活動所需的經費，然而，本次受訪的家庭有四組為中產階級家庭，因此他們尚能負擔課程的開銷，除了治療所外，願意指導中、重度兒童的才藝的老師屈指可數，因此家長需尋覓一對一或具備藝術治療專長的師資，亦增加了每堂課所需的費用（P1_10、P2_10、P4_10）。此外，家長為了覓得名師，願意花時間通勤，但也提到無法長期接送，以致容易成為放棄的因素之一（P5_10）。總的來說，以上三種結構性因素仍以師資為首要考量，並在經費與時間之間達成平衡。

四、家長規劃課後休閒活動的挑戰與困境

特殊兒童的家長規劃休閒活動時，主要的挑戰與困境有三項，分別是「缺乏資訊管道」、「缺乏師資與教育機構」以及「社會環境的接納度低」。

首先，五位家長均認為現下特殊兒童可參與的活動和相關補助資訊不透明，他們主要的資訊來源為同儕的家長、醫師、治療師與網路。P2 與 P5 提到，他們不確定如何透過正確的關鍵字搜尋到需要的資訊，且相關資訊分散，因此不一定能即時接收到。P3 提出若能有一個公開的網路平臺，彙整所有補助與活動資訊，會有莫大的助益（P1_11、P2_11、P3_11、P4_11、P5_11）。

其次，他們認為當前缺乏願意接納中、重度障礙兒童的師資與課程。P1 提到，許多親友建議他為 C1 安排藝術類的課後活動，但無奈找不到老師，即使在有親友推薦，C1

從詢問繪畫班教師到實際參與課堂等待將近一年。其他家長也說到類似的經驗，P4 分享即使他願意親自陪同，也未必有機構願意接受，一方面是機構不願意接納特殊需求兒童，另一方面是教師不願家長參與課堂。然而，家長們提到的並非完全遭到正面被拒絕，而是以一種更幽微巧妙的方式迴避家長的請求，像是：

「大家看到孩子現場那個樣子的時候，其實他們答案都寫在臉上，但是他們又好像……想要裝好人嗎？這種是，我就是懂他們的心態，就是說『喔，也是可以試試看啦，不然幫你看有沒有名額啊』最後我們等了很久也沒有一個學校是願意收他的」（P1_11-19）

家長描述反覆周旋於機構間為子女尋找合適師資的過程，家長必須支出額外的心力與時間，甚至承擔不斷被拒絕的挫折。

最後，家長普遍認為現階段社會對於特殊兒童的認識與接納度尚不足夠，因此，當他們帶子女出門從事休閒活動時，首先擔心自己的孩子未必能被接納，幾位家長說出類似「人就是對自己未知的事情可能很恐懼」（P1_12-07）的看法，也說明當社會大眾不夠認識特殊兒童時，個體與其照顧者會在社會心理層面上產生遭排拒的感受。除此之外，家長也擔心「然後他做出了什麼奇怪的舉動，會不會對大家不好意思」（P1_12-07），點出障礙家庭的成員，外出時必須承擔關注與眼光，他們經常擔心孩子出現音量過大、

自我刺激等行為會引來側目。縱然部分家長說自己已經（在練習）不在意他人眼光，如 P2 提到「我知道你們會這樣看我，但我得要去承受我知道，我要去承受，因為我小孩就是這樣子，但不代表說我就覺得這個是正常的」（P2_12-19），表示家長仍舊不認同自己和子女應該理所當然地承擔異樣的眼光。以上現象，說明障礙家庭參與休閒活動時，必須承擔額外的情緒勞務，顯見社會心理層面上，仍因未充足認識身心障礙者的特質而存在不友善的現象。

從休閒阻礙層面探討，現行法規規定應提供身心障礙者整體與持續性之支持服務，以協助他們參與社會，因而在物理環境上，多少移除身心障礙者參與休閒活動之環境阻礙。以平權與通用設計的觀念來看，休閒活動及其空間未必需要特別為身心障礙者規劃，以避免區隔的非預期後果，但必要的支持性服務，能讓障礙族群更順利地參與休閒活動。

研究者認為，法規的制定對於推動及落實社會心理層面上的無障礙效果有限。因此，經常導致「障礙盲」（Disability Blind）的現象。所謂的「障礙盲」是借用社會學的「性別盲」（Gender Blind）（Essed et al., 2009）及「種族盲」（Racial Colour Blind）（Apfelbaum et al., 2012）的概念，以說明一種看似中立但實際上對障礙者受歧視與壓迫的現況視而不見，最終導致身心障礙者遭遇社會排除的現象。假若社會大眾能更加認識特殊需求兒童的特質與需求，進一步以友善的態度面對，無疑能增加障礙者與障礙家

庭休閒的選擇與品質。

伍、結論與建議

本研究發現，國小特教班兒童課後活動以參與學習類活動為主，從受訪的回答可歸納出，這類課程包含治療課程與其他才藝課。家長規劃諸多的學習類活動與他們回應自身的教養益品有關，希冀透過精實的課後活動提升兒童能力。值得注意的是，家長同時會關注相關課程是否對兒童具備趣味性、是否樂於去上課，並隨兒童年齡增長，看到家長所持的益品觀點逐漸轉換，更加重視課後活動的休閒意義，使部分學習活動與休閒的界線模糊，例如藝術治療在專業範疇中為治療活動並具明確導向，但兒童在之中實際從事的仍為藝術活動並樂在其中，因此對個體而言到底是否能認定為休閒，值得未來進一步探討。

另一個主要從事的休閒活動為體育類活動。家長通常採納專業建議，期待透過體育類活動達到宣洩過剩的體能與穩定情緒的功能。除了報名固定的體育課程外，他們傾向使用公園、遊樂場的遊具等開放空間與器材進行體育活動。此外，在選擇體育活動時，特殊兒童多參與一個人即能完成的活動，例如游泳。

第三，身障兒童消遣類的活動以操作 3C 為主，主因除 3C 聲光對兒童具有吸引力外，兒童能自行操作，家長可在這段時間處理家務。不過，幾位家長亦有提到對使用 3C 的時間有所限制。

第四，受限個體的認知能力與年紀關係，身障兒童鮮少參與個人的社交類活動，但是家長會在假日時規劃家族旅行，尤以至戶外農場、大自然玩樂為主。對照顧者而言，旅行能達到讓子女增廣見聞的機會，體驗與實際練習不同的生活技能。同時在過程中能增進親子關係，減低教養的張力，並讓家長獲得放鬆的機會。但是，規劃旅行時，家長仍期待無障礙的空間，亦期待不要接受到周遭民眾的異樣眼光。

關於障礙兒童主要照顧者在為子女挑選課後活動時，主要考量仍是兒童能力與活動對於提升個體能力為出發點，接著藉由觀察兒童上課反應，了解子女對課後活動的興趣與喜好。此外，外部的因素包含師資的專業和同理能力、經費和時間，並在師資為首之下進行平衡的考量。

最後，家長認為在規劃休閒活動時，面臨的挑戰與困境有「缺乏資訊管道」、「缺乏師資與教育機構」及「社會環境的接納度低」。首先，在缺乏資訊管道方面，家長認為目前休閒相關資訊缺乏整合管道，因此家長多倚賴同儕團體、醫師或治療師提供相關資訊。第二項挑戰為缺乏師資與教育機構，因此，即使家長樂意規劃才藝課程，培養兒童的休閒習慣或興趣，仍不得其門而入。最後，社會環境的接納度低，使家長在參與休閒活動的過程中感受到較多的排拒與壓力，因而導致家長在選擇休閒活動與場所時，更加謹慎且傾向挑選戶外活動。以上困境反映出階段整體社會對身心障礙者參與休閒活動時仍有許多限制，包含物理空

間、社會心理的友善度。由於這些限制並非顯而易見地存在在社會中，再加上現有法令對於「可見」的無障礙也有相應的規範，反而是缺乏社會心理層面的資源與支援，轉化為一種「障礙盲」的樣式存在，將障礙者與其家庭拒於門外，因此是難以被意識到的社會排除。

關於這篇研究，研究者嘗試指認出的並不是哪一種教養實作可作為規劃身障兒童的休閒活動典範，而是反映出每位障礙兒童的家長在育兒之路上嘗試、調整的過程中使盡全力，只期自己能讓孩子不斷進步，期許他們有機會成為獨立生活、融入社會的個體。然而，在他們付出努力的同時，社會應給予善意回應，理解障礙者與障礙家庭的需求，投注更多資源，共同建構出滿足他們需求的物理與社會心理環境。

參考文獻

- Kelly, J. R. (2001)。休閒導論〔王昭正譯，第三版〕。品度。(原著出版年：1996)
- Lareau, A. (2015)。家庭優勢〔李怡慧譯〕。群學。(原著出版年：2000)
- 吳怡萱、鍾志強 (2022)。家庭休閒活動與生活滿意度關係之研究－親子互動之中介效果。《觀光旅遊研究學刊》，17(2)，71-89。
- 李晶、章宏智 (2006)。影響兒童休閒活動參與之因素探討。《台灣教育》，642，43-47。
<https://doi.org/10.6395/TER.200612.0043>
- 汪慧玲、沈佳生 (2014)。學齡兒童家庭休

- 閒活動與親子互動關係之研究。**美和學報**，**33**（1），259-276。
- 身心障礙者權利公約（2014年12月3日）。
<https://law.moj.gov.tw/LawClass/LawAll.aspx?pcode=Y0000064>
- 兒童權利公約（2014）。<https://law.moj.gov.tw/LawClass/LawAll.aspx?pcode=Y0000062>
- 林子勤（2021）。**一試再試：ADHD 孩童家長的另類醫療經驗與照護邏輯**。〔未出版之碩士論文〕。國立陽明交通大學。
- 高慧雲（2006）。輕度智能障礙者參與休閒活動現況初探。**身心障礙研究季刊**，**4**（3 & 4），172-180。<https://doi.org/10.30072/JDR.200612.0004>
- 郭芳坤（2010）。國小學生參與休閒活動對身心健康差異之研究。**運動健康休閒學報**，**1**，81-101。<https://doi.org/10.29961/JSHL.201004.0007>
- 陳清惠（2004）。休閒活動對老年生活之意義。**護理雜誌**，**51**（3），15-18。
<https://doi.org/10.6224/JN.51.3.15>
- 陳曉萍、王淑楨、林素一、黃志成（2011）。臺北市國小智能障礙學童休閒活動參與之研究。**身心障礙研究季刊**，**9**（4），228-239。<https://doi.org/10.30072/JDR.201112.0002>
- 傅元幟、林晏州（2004）。從父母與子女觀點探討家庭休閒活動與家庭生活滿意度關係之研究。**戶外遊憩研究**，**17**（3），1-18。[https://doi.org/10.6130/JORS.2004.17\(3\)1](https://doi.org/10.6130/JORS.2004.17(3)1)
- 黃俐婷（2019）。學齡前兒童休閒之結構性阻礙研究。**社會工作實務與研究學刊**，**6**，63-88。[https://doi.org/10.6690/JSWPR.201912_\(6\).0003](https://doi.org/10.6690/JSWPR.201912_(6).0003)
- 黃美香、黃永寬（2019）。學齡前親子休閒活動內容與考量因素。**運動休閒餐旅研究**，**14**（1），1-14。[https://doi.org/10.29429/JSLHR.201903_14\(1\).01](https://doi.org/10.29429/JSLHR.201903_14(1).01)
- 劉佳蕙（2011）。家長安排大班幼兒休閒活動之調查研究：以台南市為例。**台灣首府大學學報**，**2**，1-20。<https://doi.org/10.6607/BTSU.2011.2.1>
- 蔡保秀、蕭至邦（2021）。小兒麻痺者休閒障礙和參與游泳休閒活動之研究。**台灣健康照顧研究學刊**，**24**，45-85。
- 蔣瑋齊、曾美惠、蕭陸錡（2015）。自閉症類群障礙症孩童休閒活動參與和社會化能力之關係。**職能治療學會雜誌**，**33**（1），45-70。[https://doi.org/10.6594/JTOTA.2015.33\(1\).03](https://doi.org/10.6594/JTOTA.2015.33(1).03)
- 駱明潔、賴秀慧（2017）。中部地區幼兒園家長對親子休閒活動態度與行為之相關研究。**運動與健康研究**，**6**（2），43-80。
- 簡詩婷、黃名君（2015）。特教班學生的休閒生活。**師友月刊**，**574**，70-72。
[https://doi.org/10.6437/EM.201504_\(574\).0016](https://doi.org/10.6437/EM.201504_(574).0016)
- 藍佩嘉（2014）。做父母、做階級：親職敘事、教養實作與階級不平等。**台灣社會學**，**27**，97-140。<https://doi.org/10.6676/TS.2014.27.97>

- 藍佩嘉 (2019)。拚教養：全球化、親職焦慮與不平等童年。春山出版。
- Apfelbaum E. P., Norton, M. I., & Sommers, S. R. (2012). Racial color blindness: Emergence, practice, and implications. *Current Directions in Psychological Science, 21*(3), 205-209. <https://doi.org/10.1177/0963721411434980>
- Crawford, D. W., Jackson, E. L., & Godbey, G. (1991). A hierarchical model of leisure constraints. *Leisure Sciences, 13*(4), 309-320. <https://doi.org/10.1080/01490409109513147>
- Essed, P., Goldberg, D. T., & Kobayashi, A. (2009). *A companion to gender studies*. Wailey-Blackwell.
- Iwasaki, Y., Mactavish, J., & Mackay, K. (2005). Building on strengths and resilience: leisure as a stress survival strategy. *British Journal of Guidance & Counselling, 33*(1), 81-100. <https://doi.org/10.1080/03069880412331335894>
- Mundy, J. (1998). *Leisure education: Theory and practice* (2nd ed.). Sagamore Publishing.
- Neulinger, J. (1981). *The psychology of leisure*. Thomas Books.
- Shikako-Thomas, K., & Law, M. (2015). Policies supporting participation in leisure activities for children and youth with disabilities in Canada: from policy to play. *Disability & Society, 30*(3), 381-400. <https://doi.org/10.1080/09687599.2015.1009001>
- Witt, P. A., & Bishop, D. W. (2009). Situational antecedents to leisure behavior. *Journal of Leisure Research, 41*(3), 337-350. <https://doi.org/10.1080/00222216.2009.11950177>

Leisure Participation, Needs and Parental Attitude of Students with Disabilities

Tzu-ling Wang

PhD Student,
Department of Fine Arts,
National Taiwan Normal University

Abstract

Leisure is one of the basic human rights and this is no difference for individuals with disabilities. Engaging in leisure activities is essential for physical and psychological well-being. However, children with disabilities face greater restrictions when engaging in leisure activities due to the interaction of two minority identities - "disability" and "child".

This research aims to understand the current after-school activities and leisure participation among children with disabilities placed in self-contained special education classes in primary school, as well as the purposes behind parents' planning of such activities and the obstacles to leisure participation. Using purposive sampling and snowball sampling, the researcher interviewed five parents of students in self-contained special education classes in an elementary school.

The results of the study reveal that the students engaged in intensively scheduled after-school activities, including learning activities, sports, recreation, arts, and entertainment, with fewer social activities. It is noteworthy that due to the ways parents arrange and implement learning activities, the boundary between learning and leisure is blurred. Furthermore, parents plan leisure activities to "respond to parenting goods," "cultivate children's interests and enhance the enjoyment of learning," "release energy and stabilize emotions," and "increase life experiences to enhance adaptability." When planning after-school and leisure activities, parents consider their child's abilities, needs, and interests, as well as learning resources, finances, and time. Finally, main challenges and

difficulties that parents face when planning leisure activities include lack of information, insufficient resources, low acceptance by educational institutions and social environment.

Keywords: leisure activity, leisure participation, parental attitudes, students with disabilities