


「幸福心寧·樂活行」研究案

成果報告



↑上圖為台北市河堤國小在宗博館世界宗教展示大廳進行藝術與人文體驗

策劃單位： 文化部
MINISTRY OF CULTURE

補助單位：財團法人王永慶先生教育基金會  南僑集團

主辦單位： 文化部
MINISTRY OF CULTURE

承辦單位： 世界宗教博物館
MUSEUM OF WORLD RELIGIONS

研究單位： 東海大學
TUNG HAI UNIVERSITY

中 華 民 國 101 年 12 月

世界宗教博物館學術委託研究案

計畫名稱：

「幸福心寧・樂活行」研究案

甲方代表人：江韶瑩(世界宗教博物館館長)

甲方共同主持人：陳莉諭(世界宗教博物館生命教育中心主任)

乙方代表人：程海東(東海大學前校長)

乙方計畫主持人：蘇信恩(東海大學歷史學系助理教授)

乙方共同主持人：林坤誼(國立臺灣師範大學科技應用與人力資源發展學系助理教授)

研究助理：王雅慧(國立成功大學創意產業設計研究所研究生)

有多久，

已經沒有好好地寧靜了呢？

有多久，

沒有讓自己打從心底地開心與滿足了呢？

將答案、方法融入生活中，

幸福、接納與樂活，

在世界宗教博物館，找到答案。

摘要

本研究主要著重以博物館「觀眾研究」的角度來探討世界宗教博物館對激發觀眾在幸福感與樂活感體會程度的效益，為達到此一研究目的，本研究主要自101年6月至11月間，針對預約團體導覽的觀眾進行問卷調查，總計回收有效樣本662份，而在經過平均數與標準差、獨立樣本t檢定、單因子變異數分析後，主要獲致以下結論：(1)透過世界宗教博物館的參訪，有助於觀眾在幸福感與樂活感等兩方面有更進一步的體會，而這也突顯世界宗教博物館的展場規劃理念與內涵值得肯定，可作為促進國民幸福感與樂活感的重要依據；(2)國小高年級階段觀眾與高中階段觀眾在參觀完世界宗教博物館後，其在幸福感與樂活感的體會較為深刻，比較於國中階段與大學以上或成人階段的觀眾，其在幸福感與樂活感的體會方面略高，建議後續世界宗教博物館可以針對國中階段觀眾與大學以上或成人階段的觀眾規劃更適切的體驗內涵，方能讓這些年齡層的觀眾更深入體驗幸福感與樂活感的氛圍；(3)若從激發觀眾在幸福感與樂活感體會的角度來看，世界宗教博物館在「世界宗教建築縮影」、「世界宗教展示大廳」、以及「生命之旅廳」等三個大展區的導賞較有助於激發觀眾對幸福感與樂活感的體會，但有些團體則因時間或其他因素未有機會進入「靈修學習區」及「生命覺醒區」的情境體驗，因此對於這兩個展示區的幸福感與樂活感的體驗無法完整呈現，因此後續世界宗教博物館或可加強對此兩個區域的導覽賞析，方能更有效的提升其在幸福感與樂活感的體會；(4)不同性別、有無信仰等背景因素對於觀眾在幸福感與樂活感的體會程度方面並不會有顯著差異，而這也顯示世界宗教博物館的展場規劃理念與內涵並不會具有性別差異與信仰差異，值得肯定。

此外，就本問卷幸福感與樂活感之感受的開放性問題題項來看，觀眾以文字敘述表達出看完世界宗教博物館的展覽之後，能獲致更積極正向之幸福、樂活的生命態度與能量，亦更體會宗教包容的意義，這值得推薦更多大眾來參觀及親身體驗。

生命教育為世界宗教博物館非常重要的發展目標，透過研究結果我們瞭解到觀眾看完展後的寧靜與收穫，也從問卷調查與影像紀實的結果得知觀眾藉著該博物館宗教性、歷史性、藝術性與人文性的諸多常設與特展得到幸福與樂活此等生命教育的意義，亦透過此計畫了解參觀者從該館的展覽中獲得宗教之美的視覺滿足與心靈饗宴上的豐足。這更提供世界宗教博物館做為未來宗教與文化相關議題展覽規劃與教育活動籌劃的參考方向。

關鍵詞：幸福感、樂活感、世界宗教博物館

目 錄

壹、緒論	1
貳、文獻探討	3
參、研究方法	11
肆、結果與討論	14
伍、結論與建議	37
參考文獻	39
附件一 世界宗教博物館觀眾看展的幸福樂活感調查問卷（國小高年級版）	43
附件二 世界宗教博物館觀眾看展的幸福樂活感調查問卷（國中版）	44
附件三 世界宗教博物館觀眾看展的幸福樂活感調查問卷（高中版）	45
附件四 世界宗教博物館觀眾看展的幸福樂活感調查問卷（大學和(或)成人以上版）...	46

表 次

表 1. 問卷觀眾人數分配表	14
表 2. 性別人數分配表	15
表 3. 再參觀意願人數分配表	16
表 4. 參觀次數分配表	17
表 5. 居住地點分配表	19
表 7. 觀眾看展後的幸福感統計表	22
表 8. 觀眾看展後的樂活感統計表	25
表 9. 不同學習階段觀眾在幸福感與樂活感的單因子變異數分析表	26
表 10. 不同性別觀眾在幸福感與樂活感的獨立樣本 t 檢定分析表	27
表 11. 有無信仰觀眾在幸福感與樂活感的獨立樣本 t 檢定分析表	29

圖 次

圖 1. 本研究架構圖	11
圖 2. 學習階段人數分配圖	15
圖 3. 性別人數分配圖	16
圖 4. 再參觀意願人數分配圖	17
圖 5. 參觀次數分配圖	18
圖 6. 居住地點分配圖	19
圖 7. 信仰人數分配圖	20
圖 8. 信仰人數類別分配圖	22

壹、緒論

在現今匆忙的城市中，許多忙碌的人們，每天都有許多煩亂的事物左右著生活，擔負著龐大的壓力，隨著**忙與盲的步調**起伏，卻經常忽略了心靈層面的安定，忘記了需要休息與成長，這使得人們變得不滿足、不歡樂。

在台北喧鬧的城市裡，有一個**側身於大樓中**，卻能讓人格外寧靜的地方，它是座落於永和的「世界宗教博物館」，宗教二字，**難免讓人聯想到嚴肅的經文**，但「世界宗教博物館」其實是**跨文化、跨宗教**多元開闊地包容與展現多類宗教，在其中**所要呈現的是代表各宗教文明演進的宗教藝術文物、體現各宗教的社會文化意涵**，以及**初生禮、成年禮、婚禮、老年禮與死亡及死後世界等生命禮儀**的歷程，且以幸福與樂活來實踐生命教育的真諦，學習生命的成長、價值，進而更能了解生命的意義，讓心靈可以沉潛淨化。

世界宗教博物館，是由靈鷲山無生道場的創始人心道師父所首創和推動的。在弘法過程中，心道師父體認到現代社會因道德淪喪所產生的混亂現象，種因於宗教之脫序。他認為世界是一個地球村，本不應該有國籍與宗教的分別心，但世界各地卻不斷的有宗教衝突產生，使得社會大眾對宗教認識不清，傳統教育體制也未能提供一個良好信仰的管道。有鑑於此，心道師父創立世界宗教博物館，希望藉由博物館的典藏、展覽、活動、研究、出版等等，呈現出宗教的力量，增進觀眾對世界宗教共同的認識，同時表現每一宗教力量的獨特之處，進而倡導正確的宗教教育，滿足社會大眾精神生活的需求，並提供一個寓教於樂的休閒去處，提昇台灣藝術文化生活的水準，同時也為台灣創立一個具有特色的國際性觀光據點。

世界宗教博物館開館至今已邁入第十二個年頭，博物館不代表任何宗教，也不對任何宗教做僭越的變動，尊重每一文明的珍貴遺產，以及各傳統皆視如珍寶的精神教誨，並希冀它們與不同的文化和世代互動時，能夠更深入地了解這些無價的訓示。一直以來秉持著「愛與和平」的推動理念，並實質發揮教育文化目的，透過「宗教文化」與「生命教育」的靜態、動態與常設展、特展等來呈現宗教與人生的奧妙，使觀眾在觀察和賞析世界各主要宗教發展的過程中，將可從各宗教的藝術表現、文獻經典、音樂、宗教儀式和建築特色裡，拓展他們個人或文化的經驗。世界宗教博物館的建立，提供了人們一個認識各不同宗教的機會，讓大家

有機會選擇自己一生的精神信仰；各宗教間可以自由對話，不再有宗教的爭端與衝突。

生命教育為世界宗教博物館非常重要的發展目標，博物館讚揚對人類共同真理信念的覺醒，以及各信仰與傳統獨一無二的特質，並專注於滋養和平、愛和希望的宗教態度與行動。世界宗教博物館的宗旨，在於教導觀眾認識宗教與宗教生活，提供資訊和指導性經驗，以了解宗教教義表現的豐富性，以促進所有人種和宗教彼此之間的敬重，進而發展出世界各人種之間的體諒、和平與愛。本研究希冀能瞭解與分析前來觀賞世界宗教博物館展覽與參與教育活動的社會大眾，是否都能藉著參與博物館具有宗教性、歷史性、藝術性與人文性的展場空間與展示內容體驗到幸福與樂活的生命教育，進而在觀展之後感受到世界宗教博物館所要傳達的愛與幸福感。

依據前述背景與動機，本研究主要的目的如下：

- 1.探究世界宗教博物館對激發觀眾幸福感與樂活感的體認之效益。
- 2.分析不同學習階段觀眾在觀賞完世界宗教博物館之後，對幸福感與樂活感的體認之差異情形。
- 3.分析不同性別觀眾在觀賞完世界宗教博物館之後，對幸福感與樂活感的體認之差異情形。
- 4.分析有無信仰觀眾在觀賞完世界宗教博物館之後，對幸福感與樂活感的體認之差異情形。

貳、文獻探討

一、博物館觀眾研究

博物館為社會教育機構，在文化與社會永續發展上扮演重要角色，如果缺少了觀眾，博物館就只是一個堆放大量文物的展示空間，而無法被稱之為「博物館」。因此，博物館需要瞭解觀眾的屬性、需要與變化，才能讓博物館的功能得以發揮。博物館必須瞭解觀眾以及潛在觀眾的特性與需求，近幾年，觀眾研究已逐漸成為博物館營運的核心議題與不可忽視的要務，有越來越多的博物館實際進行觀眾研究工作，以提供適於觀眾的展覽活動及服務（王啟祥，2004；劉婉珍，2008）。

（一）博物館觀眾研究的發展

博物館在變化快速並充滿動盪的現今社會中，必須適時調整才能發揮其應有的功能。其實，觀眾研究的發展至今已有超過一百年以上的歷史，觀眾研究的方法論最初兼具質化與量化取向，之後在 1920 年代左右開始受行為學派及認知心理學派等影響，量化研究成為主流勢力，直至 1960 年代受符號互動論、現象學、詮釋學等理論影響，質性研究才又逐漸受到重視，至西元 1980 年代開始融合人類學、心理學、社會學、教育學等學門的理論與方法，已形成獨特的研究領域，逐漸建立其獨特的知識體系。觀眾研究的對象，早期以成人觀眾及學生為主，自 1970 年代，逐漸擴展到家庭觀眾等特定對象。觀眾研究的內容，早期主要為觀眾基本資料的調查及觀眾參觀行為的瞭解，之後逐漸擴展到展示、環境的互動與評量，觀眾學習、參觀經驗的建構等層面（王啟祥，2004；Alt, 1980；Loomis, 1993；Hein, 1998；Shettel, 2001）。

（二）博物館觀眾研究的定義與目的

英國專業組織「觀眾研究團體」（Visitor Studies Group，簡稱 VSG）曾在其官方網站上指出：「觀眾研究為一快速發展的動態學門，旨在休閒及非正式教育場域中研究觀眾。」此定義說明了博物館的非正式教育與快速轉變的特質。此外，VSG 更進一步指出博物館觀眾研究的目的應為：「收集確實證據以瞭解博物館運作如何符合其核心目的和目標，在探究博物館對觀眾影響力的同時加強發展與觀眾之間的關係，並鼓勵博物館內部的持續改進。」除此之外，美國博物館評量專家 Ellen Giusti 也曾在 2006 年 AAM 年會的博物館觀眾研究

專題座談會中強調：「觀眾研究=將觀眾置於展覽和活動規劃的核心」，並指出觀眾研究會直接影響博物館在行銷策略、觀眾服務、教育規劃與展示設計等四層面的決策。Ellen Giusti 的說明更強化了觀眾研究之於博物館的應用性目的。（劉婉珍，2008；AMARC, 2008；Fakatseli, 2008）。

（三）博物館觀眾研究的意涵

博物館進行觀眾研究的基本理念在於獲取觀眾的相關訊息，以便對展示設計與館務規劃等方面有所助益，並且與觀眾做更有效的溝通。Koran & Koran（1986）、Screven（1993）、Loomis（1993）等學者均曾對觀眾研究的內涵進行探討，大致歸納出觀眾研究的內涵可分為五類：

1. 觀眾的心理人格對展示主題的相關知識、語言技巧、時間分配、學習態度等之影響。
2. 觀眾在博物館的費時長短、同伴類別、服務設施的使用情況及對展示型態的偏好與其行為模式的觀察。
3. 觀眾的解讀能力對展示資訊呈現之影響。
4. 館內參觀指引、標籤、文物、布置等設計呈現型態對觀眾的參觀動線、注意力、遵循指示與參觀頻率的影響。
5. 評量觀眾學習、展示經驗所引發之影響的方法發展與改進。

綜合上述，觀眾研究不外乎是在評估觀眾的投入度，如觀眾的人口變項、參觀頻率與動機等，以及觀眾參觀過程中與博物館所提供的實體環境是否切合，最重要的是觀眾參觀前後的經驗與行為學習結果的滿意程度。

（四）博物館觀眾研究的功能

關於觀眾研究的功能，中外學者都曾提出不同的看法，Ames（1993）、Bitgood & Shettel（1996）、Munley（1986）等曾分別提出觀眾研究功能的類似看法，包含：透過前置式、形成性、總結性等評量方法可提供有效的教育性展示與方案；觀眾評量的結果可以瞭解博物館的績效；針對觀眾與非觀眾的正負面意見調查可吸引更多樣的觀眾群；透過蒐集資訊可協助長期計畫的擬訂；經由研究和理論建構的過程可增進對民眾利用博物館的了解；可加強館內設施的設計；可針對賣店、餐飲、休息等一般性的參觀需求做評量並提供觀眾更舒適的服務。Savage（1996）也曾歸納博物館觀眾研究的功能，包含長期規劃、產品開發（展示及方案等）、績效評估、館員訓練與人力資源發展、尋求贊助、

行銷、設施提供與規劃、管理等。Falk (1998) 則認為觀眾研究是博物館觀眾開發的基礎。李斐瑩 (1999) 也強調觀眾研究是博物館經營的工具，有助於公關行銷、展示、教育等經營企劃，但觀眾研究本身並不是目的，而是一種應用性的工具與手段。因此，觀眾研究的功能廣義而言，可以泛指任何以人為對象，透過調查、評量與研究等途徑，以針對博物館相關議題進行探討。

二、幸福感研究

由於現代化的腳步造成生活的緊張與壓力，致使憂鬱、焦慮或其它各類心理疾病，已逐漸成為一般民眾或學術研究關心的議題，自正向心理學 (positive psychology) 崛起後，強調重視人們對於自我價值的主觀經驗，例如：幸福感、希望或快樂等。現代社會中，當一個國家經濟進步到某個程度的時候，人們就有餘裕開始追求幸福，除了多方面探討如何擁有幸福之外，更會嘗試去定義、探討何謂幸福 (王微茹，2007；Ryff & Singer, 1998)。

(一) 幸福感的理論發展

幸福感是在 1970 年才慢慢開始受到西方社會心理學家的重視。在針對幸福感的定義與理論的相關文獻整理中，我們可以發現幸福感起源於西方哲學家嘗試對「幸福 (Well-Being)」提出解釋，哲學家們嘗試以收入、年齡、教育水準等因素作為產生幸福的依據而產生的一種外在評量標準，但每個人對幸福的認知不同，無法找出一致的客觀外在標準，因此研究者開始以個體主觀感受的角度做為評量幸福感的立基點，以取代尋找外在評量幸福的標準。在以主觀感受的正向情緒測量作為幸福感的分析焦點研究過程中，研究者認為幸福感是來自於生活中情緒的總和，只要個體可感受到較多的正向情緒與較少的負向情緒，即可稱為幸福感，但研究者也發現，此研究評估尚未重視人類認知活動對幸福感所帶來的影響。爾後的研究範疇中，研究者開始納入人類認知活動的影響，即是個體對過去一段時間的生活進行評估所得的整體感覺，進而指出幸福感的概念接近於生活滿意度，但此階段的研究卻忽略了幸福感會受到短期情緒的影響。近年來，研究者開始加入認定情緒因素為探討幸福感的重點，「認定情緒因素」係針對個體在整體生活滿意度的認知情況、正向情感與負向情感的呈現狀況等三大構面來探討，為探討幸福感研究中不容忽略的要素。自此，幸福感的發展評估開始進入一個整合研究的狀態 (陸洛，1998；陳凱文，2010；

Andrews & Withey,1976；Keyes,2002,2005; Keyes & Waterman,2003)。

(二) 幸福感的定義

幸福感是由對生活得滿意程度及所感受的正負情緒強度所整體評估而成，由於幸福是一個非常抽象的名詞，東、西方的學者都曾對幸福下過不少定義。西方學者一般認為幸福感是個人判斷對其生活品質的喜愛程度，一個人認為自己過得很好，就是構成美好生活的要素，這種界定美好生活的取向，被稱為主觀幸福感，個體以其對整體生活品質的沈思、評鑑、反映出對生活滿意判斷的結果，藉由正向情緒的提高、負向情緒的降低與對生活的滿意等的評估結果，共同形成最後的幸福感，係一種對生活的整體性判斷 (Andrews & Withey,1976；Argyle,1987；Diener,2000；Gilbert & Abdullah,2004)。不少東方學者也強調幸福感為一主觀感受，指由對生活的滿意程度及所感受到的正、負情緒強度所作整體評估而成，其中包含生活滿足、人際關係、心理健康、自我實現、快樂、希望等面向 (余民寧、謝進昌、林士郁、陳柏霖、曾筱婕,2011)，主觀幸福感則包含生活滿意度和情感體驗兩個基本部分，後者又分為正向情感 (如滿足、高興) 和負向情感 (如焦慮、抑鬱) 兩方面 (王微茹,2007；黃長發,2006；吳崇旗、王偉琴,2006；林淑惠、黃韞臻,2008；林淑芬、王于寧、賴永僚,2008)。由上述眾多學者對幸福感所下的定義可以了解，幸福的範圍很廣，雖然每個人的觀點都不盡相同，著重的方向也都不一樣，但普遍都認為幸福感是一種個體對生活體驗評估後的主觀產出。

(三) 幸福感的相關理論

隨著研究的累積和發展，學術界開始重視幸福感的相關研究，並體認到幸福感是由個體主觀認知所賦予現象的意義與解釋，相同狀況對不同人會產生不同意義，因此也產生了許多不同論點的解釋，本研究大致歸納如下：

- 1.活動理論: 從社會整合的角度說明參與各種有意義、健康的活動，能滿足個人結伴、休閒等心理需求，也藉由社會成員彼此分享而產生社會支持，近而促進精神健康、心理調適和幸福感。認為參與社會活動是個體幸福感的主要來源，關注的是個體在活動中的表現而非目標，是參與過程而非結果，並強調幸福感是人類主動地且專注地參與活動時的產物，個體可以藉由工作、休閒、運動或人際互動的歷程，發揮潛能並滿足個體需求，進而產生愉悅的成就感和價值感 (Argyle,1987；Diener,1984)。

- 2.人格特質理論：強調幸福感是一種穩定的特質狀態，而這種幸福感人格特質可能來自於先天傳遺，也可能是後天學習的結果（Veenhoven,1994）。
- 3.動力平衡理論：強調幸福感的獲得會受到穩定的人格因素即生活事件的影響，當生活中發生特別獲不同於過往經驗的事件時，個體的幸福感受將隨之改變（林子雯，1996）。
- 4.目的理論：假設個體具有一個內隱的需求模式行為基礎，個體理想的達成會帶來幸福感，此類研究大多探討個體目標達成與否會影響其幸福感受（陸洛，1998）。
- 5.需求滿足理論：認為只有在需求滿足時個體才會感到幸福（李素菁，2002；謝明華，2002）；
- 6.體驗理論：是對體驗本身特性的探討，認為主觀幸福感測量研究的著眼點應在於主觀幸福感形式所反映的內容，即體驗的內容。當個體體驗到大量愉快情緒、較少不愉快或痛苦情緒，並且滿意自己的生活，即可說是具有主觀幸福感（邢占軍，2005；曾文志，2007）。

本研究透過以上各觀點的交叉運用，旨在探討一般觀眾在參與世界宗教博物館具有宗教性、歷史性、藝術性與人文性的展覽與參與教育活動後，是否可藉由其展場空間與展示內容的體驗感受到世界宗教博物館所要傳達的愛與幸福感，以了解世界宗教博物館關於幸福與樂活生命教育的展示效益。

三、樂活感研究

在以物質至上、過度生產的現代社會，普遍存在著環境破壞、資源分配不均、凡事以利益為導向的價值觀等潛在危機，為了維持地球生態及人類環境的永續，提倡愛地球、愛健康、愛環保的 LOHAS（Lifestyles of Health and Sustainability）風潮開始襲捲全球，遂成為一種最熱門的社會新生活型態現象，並且也直接對於民眾健康生活觀念影響（王登在，2010；盧妍巧，2007）。

（一）樂活感的定義

樂活感又稱為樂活、樂活生活、洛哈思主義、樂活族，是傳自西方的一種新興生活型態。「樂活」一詞譯自英文的 LOHAS（Lifestyles of Health and Sustainability），源起於 Paul Ray 和 Sherry Ruth Anderson 在 1998 年出版的著作《文化創造：5000 萬人如何改變世界》（The Cultural Creatives: How 50 Million

People are Changing the World) 當中。他們在美國生活公司 (American LIVES, Ins.) 長達 13 年的研究中，發現美國形成一羣次文化的團體，並且漸漸取代了美國傳統文化的價值觀以及世界觀，且將「樂活 LOHAS」解釋為健康與永續性的生活方式。「LOHAS」中，H (Health) 指的是「健康」，亦指健康環保的生活方式、個人成長及另類的健康保健，例如：消費天然有機食物、瑜珈、自然療法等；S (Sustainability) 指的是「永續」，亦指生態永續的精神，例如：可重複使用的能源、自然無毒的環保器皿、綠色建築等。LOHAS 在台灣被廣泛稱為「樂活」，此名詞除了字面上「快樂的生活著」的含意外，不但身體要健康且個人心靈也要安定自在，同時兼顧地球的環保永續，進而達到身心境三者的平衡才是樂活概念的精神所在。LOHAS 與生活緊密結合，樂活族基於對環境永續的認知而將此理念逐步落實於日常生活當中，可應用於食、衣、住、行、育、樂等各種領域，使人們產生新的體驗與感受，試一種正面的心理經驗，對於參與者的自我成長與滿足具有正向的啟示與價值 (蔡明娟，2011；盧妍巧，2007；NPO 樂活俱樂部，2006；Ray, P. H. & Anderson, S. R., 2000)。

(二) 樂活感的理論發展

樂活感最早由 Ray 和 Anderson (2000) 在其著作中針對文化創意人為開端，將其定義為「一群人在做消費決策時會考慮到自己與家人的健康與環境責任」；美國樂活雜誌總編輯也強調樂活是一種價值觀、一種重視生活品質的表現，其核心可概分為關心社會、利他主義、注重身體健康、綠色消費、重視社會責任五大項 (何雅慧，2012)。

2002 年，日本的日經新聞中出現介紹樂活感的第一篇報導，認為樂活應該重視自然育環境，同時兼具流行時髦的生活方式；其輪彌生 (2006) 也指出樂活是一群人一方面要為地球著想，一方面也要過著舒適健康的生活；木村麻紀 (2007) 更明確將樂活定義為一群人在選購商品時，除了會考慮到對自己的好處，也會基於對環境、社會高度認知，而力求兼顧商品或服務對社會、環境的影響，以促進生態永續發展，使樂活定義開始由人類本身，延伸到人類與大自然共同生存的概念上，也因為樂活概念與日本傳統思想「人是自然的一部分」接近，因此日本政府與企業開始注重此趨勢並及利推廣 (NPO 樂活俱樂部，2006)。

2005 年，樂活趨勢開始在台灣經由媒體報導而曝光，隔年，國內連鎖便

利超商龍頭企業隨即宣示「新生活運動」，開始提倡「無添加」食品與商品，並發行 MY LOHAS 生活誌，使樂活風潮快速在台灣蔓延；褚士瑩（2008）也提出了 LOHAS 是在吃喝玩樂中仍不忘地球保護與健康永續生活，更進一步透過以「減量再減量(Reduce)」、「回收再回收(Recycle)」、「有責任的旅行(Responsible travel)」、「慢活生活(Re-energize through slow life)」的 4R 作為樂活的生活態度。在台灣許多的媒體與企業，陸續紛紛也喜歡 LOHAS 這個字眼，也因 LOHAS 產生許多對於環境保護、健康生活等多項議題重視。

LOHAS 觀念在全球地區受歡迎的原因，是因人們知道這是一種強調健康而永續生活態度的創新理念，LOHAS 不是販賣性的商品，不知道 LOHAS 這個字眼的人，並不代表她們沒有實行樂活生活，因為 LOHAS 是維持在消費者自覺的基礎上，所以它並不會消失。Ray（2000）也在《文化創造》一書中提到，「這群文化創造者剛開始，並沒有意識到他們的行為，會影響到整個社會文化的改變，他們也沒有一個集體性的組織。」現在全世界各地有越來越多訴求 LOHAS 的生活理念正在形成（盧妍巧，2007）。

（三）樂活族

樂活族行為以實現個人及社會永續發展為終極目標，會在生活中時見各種樂活方法以達到此目標。在 2005 年 5 月自然消費市場研究中心(National Marketing Institute, NMI)與 National Business Communications 公司為理解樂活市場，發表關於樂活之初步調查報告，報告中提出「樂活族」、「生活中堅者」、「中庸安全者」、「個人便利族」四個族群分類，分別說明如下（NPO 樂活俱樂部，2006）：

- 1.樂活族：將對環境與健康化成實際行動落實於生活中，重視社會議題、關心自我成長。
- 2.生活中間者：重視成本，對環境與健康關懷劃成行動，若所得提高，則晉升為樂活族之可能性高。
- 3.中庸安全者：對環境與健康關心較低，沒特別意見或價值觀。
- 4.個人便利族：對環境與生活漠不關心。

綜觀各個族群，樂活族在自我成長、健康意識、環抱議題、社會問題上皆表現出顯著的關心，並反應於生活中，且會主動關懷自己及周遭的人、事、物，在消費時除了商品本身，也會從環境、社會問題處理方式等企業社會責任觀點

進行評價（何雅慧，2012）。

樂活逐漸形成一種新生活運動，愈來愈多人願意承為奉行者，調查結果顯示，美國約有 1/4 成年人口具有 LOHAS 傾向；歐盟各國樂活成年人佔 35%，約為 9,000 萬人；亞洲國家中，日本是最早引進樂活概念的國家，全國約有 29% 是樂活族；台灣則是自 2006 年起，由企業率先藉由健康、環保訴求而推行的樂活風潮後，依據東方消費者行銷資料庫(Eastern Integrated Consumer Profile, E-ICP) 指出，台灣目前泛樂活傾向者約為 571.3 萬人，在 13-64 歲消費人口中，約有 1/3 屬於樂活生活者，可見台灣民眾對於樂活觀念、實行及體驗已有相當程度的了解（木村麻紀，2007；王登再，2010；邱俊龍，2006）。

參、研究方法

一、研究架構

本研究以世界宗教博物館現場看展觀眾為研究對象，並以質化與量化問卷與實際訪談的方式進行紀錄與觀察，另配合以靜、動態攝影的影像紀錄來呈現觀展者的感受，由此紀錄與分析觀眾在宗博館裡增進世界宗教文化與教義的認識，且進入這個獨特的人類文明與生命體驗的殿堂，以及拓展觀眾個人宗教文化經驗的同時亦得到幸福與樂活之感的感受，由此項重要的生命教育議題來進行研究。

此研究主要目的著重在探討透過世界宗教博物館的參訪之後，觀眾在幸福感與樂活感方面的表現情形，為了達到此一研究目的，本研究主要採用調查研究法以進行研究，除了了解觀眾在幸福感與樂活感方面的表現情形之外，亦著重在探究不同背景變項(包含年齡、性別與信仰)的觀眾在參觀完世界宗教博物館之後，其在幸福感與樂活感的表現情形之差異，以藉此研提相關的具體建議供相關機構與後續研究之參考。

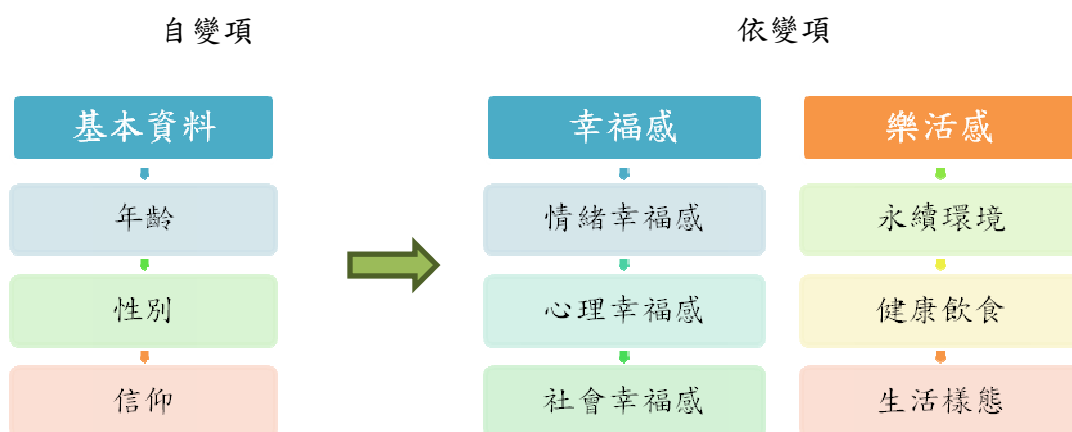


圖 1. 本研究架構圖

二、研究對象

本研究的研究對象主要為世界宗教博物館的參訪觀眾，但由於館內的展覽內容具有一套完整的系統規劃，需要適切的導覽方能確保參訪觀眾能真實體會所有展覽內容，進而探究其對於觀眾的幸福感與樂活感的影響，故在本研究中主要以

申請導覽的團體觀眾為主。依據前述原則，本研究的研究對象設定為在 101 年 6 月至 11 月等 6 個月之間申請團體導覽的觀眾，包含國小高年級階段觀眾 24 位、國中階段觀眾 140 位、高中階段觀眾 153 位、大學以上階段觀眾 345 位，總計 662 位觀眾作為本次問卷調查的主要對象。

三、研究實施

本研究的問卷調查實施期間主要為 101 年 6 月至 11 月等 6 個月期間，針對申請團體導覽的部分觀眾，願意填寫問卷的團體納入本研究的問卷調查範圍，而在團體導覽的部分，由於每次完整導覽的時間約為 2 個小時，但因展場有 2400 坪之大，因此仍有些展區有些觀眾因為時間的關係，導賞時沒有機會進入體驗，例如靈修學習區與生命覺醒區，因此這兩區有些觀眾並未作答，館方安排進行問卷調查之後會贈送相關的紀念品以感謝其填答問卷的辛勞。

四、研究工具

本研究的工具主要為「世界宗教博物館觀眾看展的幸福樂活感調查問卷」，而為了符合不同年齡階層觀眾的需求，研究者針對此一問卷亦設計四種不同的版本，分別提供給國小高年級階段、國中階段、高中階段、以及大學以上階段的觀眾填寫，透過此一設計，可以避免觀眾在填答問卷時，因為無法了解題意而導致無法填答的情形，詳細的問卷內容請參考附件問卷。

五、資料分析與詮釋

本研究所採用的資料分析主要可分為量化資料與質性資料的分析，分別說明如下：

(一) 量化資料分析

本研究所採用的量化資料分析方法包括平均數與標準差、獨立樣本 t 檢定、單因子變異數分析，說明如下：

1. 平均數與標準差

主要用以呈現觀眾在參觀完世界宗教博物館之後，其在幸福感與樂活感方面的集中情形。

2. 獨立樣本 t 檢定

為了瞭解不同性別、有無信仰的觀眾在參觀完世界宗教博物館之後，其在幸福感與樂活感方面的差異，本研究採用獨立樣本 t 檢定，分析不同性別與有無信仰的觀眾在幸福感與樂活感方面的實際表現，進而瞭解不同性別、有無信仰對參訪觀眾在幸福感與樂活感等方面的表現是否會有差異。

3.單因子變異數分析

為了瞭解不同年齡觀眾在參觀完世界宗教博物館之後，其在幸福感與樂活感方面的差異，本研究採用單因子變異數分析以探究不同年齡觀眾的實際表現，進而瞭解不同年齡觀眾在幸福感與樂活感等方面的表現是否會有差異。

(二) 質性資料分析

在質性資料分析方面，研究者主要分析的原始資料主要為問卷調查中開放性問題所蒐集到的相關文字資料，為了能夠嚴謹的分析這些原始資料，研究者在本研究中主要採用的步驟包含：(1)先集合所有原始資料並進行編碼；(2)組織、分類、以及編輯原始性資料，使其成為易分辨的資料檔；(3)依據研究目的透過交叉分析以獲致研究結果。此外，當資料分析的過程中若遭遇到不同問卷填答者有相異的論點時，研究者將會再透過小組討論的方式針對爭議之處進行商議，以歸納出最適切的分析結果，然而，若無法達成共識時，則主要邀請博物館的專家進行確認，並以具實務經驗的專家之意見為主要依據。透過前述的程序，相信本研究所歸納出的研究結果應能具備信、效度。

肆、結果與討論

一、基本資料分析

(一) 問卷觀眾分類

在本研究所進行的問卷調查中，總計發出 662 份問卷，其中，如表 1、圖 2 所示，國小高年級階段為 24 人 (3.6%)、國中階段為 140 人 (21.1%)、高中階段為 153 人 (23.1%)、大學以上或成人階段為 345 人 (52.1%)。因此，這一次接受問卷調查的觀眾中，主要以大學以上或成人階段最多，佔整體人數的 52.1%。

表 1. 問卷觀眾人數分配表

問卷觀眾分類	人數	百分比
國小高年級階段	24	3.6%
國中階段	140	21.1%
高中階段	153	23.1%
大學以上或成人階段	345	52.1%
總計	662	100%

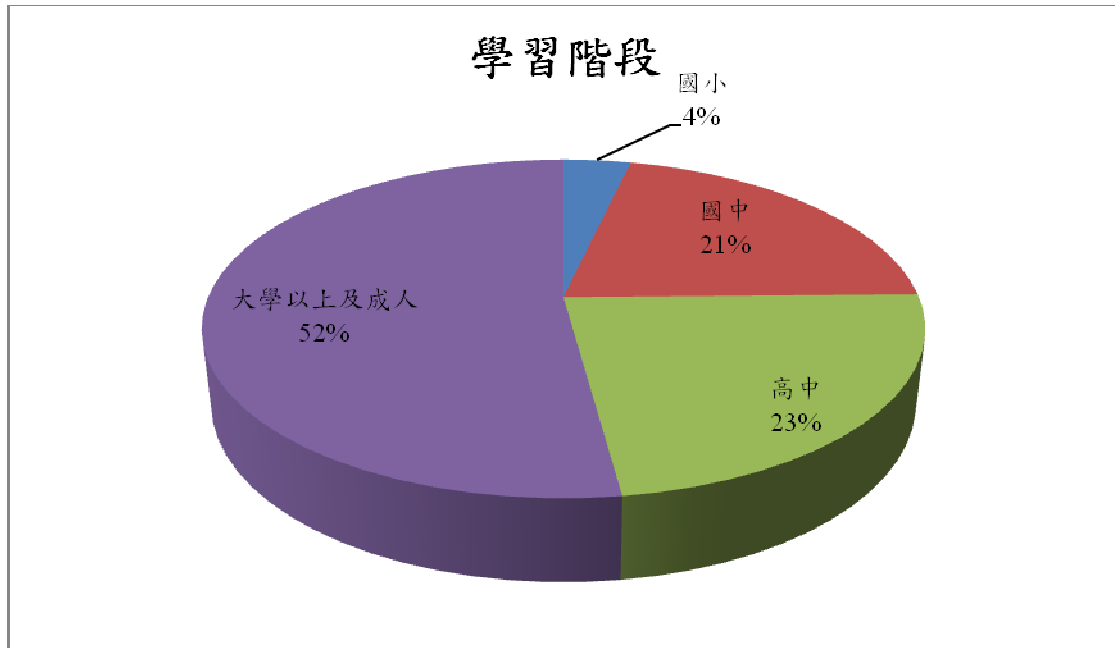


圖 2. 問卷觀眾人數分配圖

註：圖中百分比採四捨五入取整數顯示。

(二) 性別

在本研究所進行的問卷調查中，總計發出 662 份問卷，其中，如表 2、圖 3 所示，男性為 198 人 (29.9%)、女性為 463 人 (69.9%)，此外，有 1 份問卷並未填答性別 (0.2%)。因此，就本次接受世界宗教博物館問卷調查的觀眾中，主要以女性較多，佔整體人數的 69.9%。

表 2. 性別人數分配表

性別	人數	百分比
男性	198	29.9%
女性	463	69.9%
遺漏或無效	1	0.2%
總計	662	100%

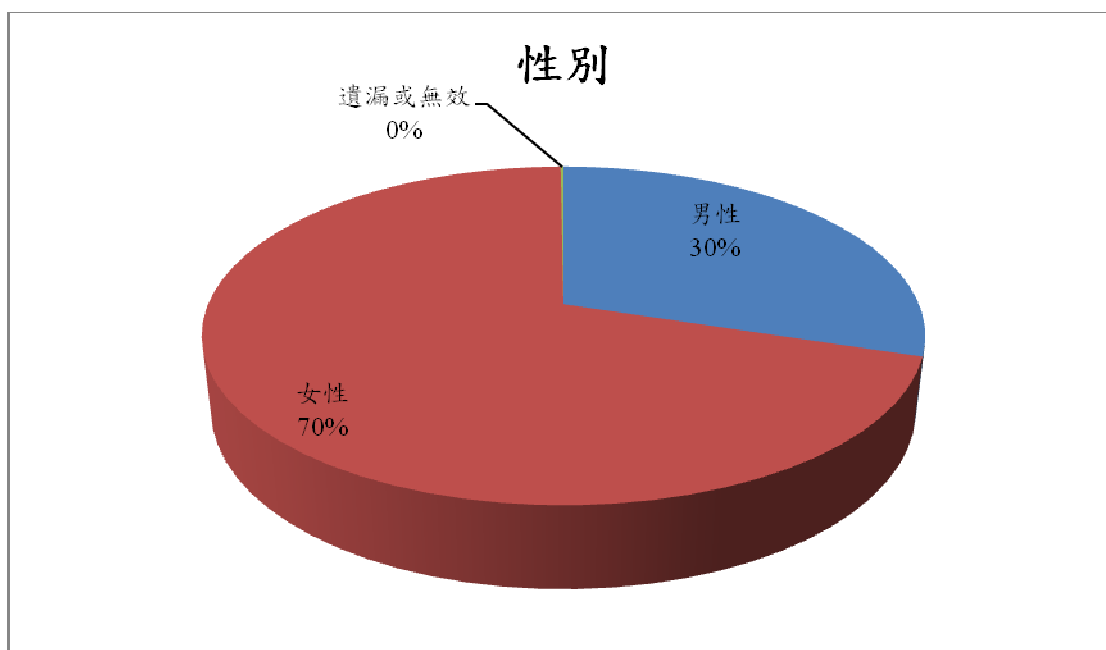


圖 3. 性別人數分配圖

註：圖中百分比採四捨五入取整數顯示。

(三) 再參觀意願

在本研究所進行的問卷調查中，總計發出 662 份問卷，其中，如表 3、圖 4 所示，願意再參觀的人數為 603 人 (91.1%)、不願意參觀的人數為 41 人 (6.2%)，此外，有 18 份問卷並未填答是否願意再參觀 (2.7%)。因此，就申請世界宗教博物館導覽的觀眾中，多數觀眾仍願意再度參觀世界宗教博物館，佔整體人數的 91.1%，顯示世界宗教博物館的展覽內容十分值得觀眾再參觀。

表 3. 再參觀意願人數分配表

再參觀意願	人數	百分比
願意再參觀	603	91.1%
不願意再參觀	41	6.2%
遺漏或無效	18	2.7%
總計	662	100%

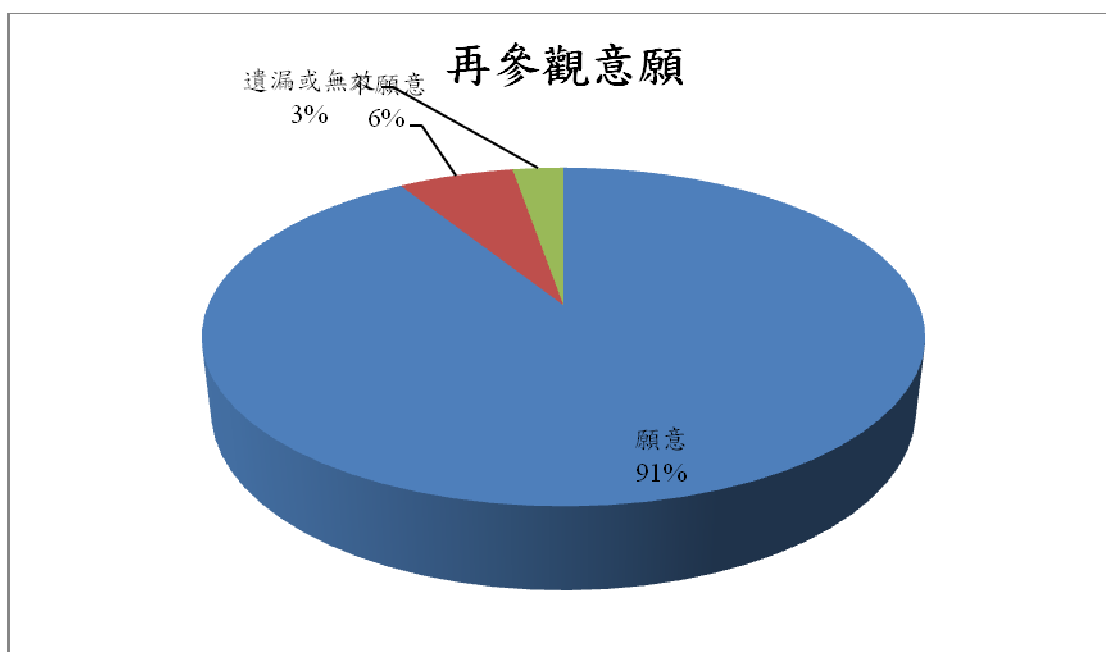


圖 4. 再參觀意願人數分配圖

註：圖中百分比採四捨五入取整數顯示。

(四) 參觀次數

在本研究所進行的問卷調查中，總計發出 662 份問卷，其中，如表 4、圖 5 所示，首次參觀的人數為 595 人 (89.9%)、參觀次數介於 2 至 5 次的人數為 39 人 (5.9%)、參觀次數介於 6 至 10 次的人數為 7 人 (1.1%)、參觀次數為 11 次以上的人數為 9 人 (1.4%)，此外，有 12 份問卷並未填答參觀次數 (1.8%)。因此，前往世界宗教博物館導覽的觀眾中，多數觀眾皆為首度參觀世界宗教博物館，佔整體人數的 89.9%，顯示世界宗教博物館的觀眾有多數皆為首次參觀。

表 4. 參觀次數分配表

參觀次數	人數	百分比
首次參觀	595	89.9%
2-5 次	39	5.9%
6-10 次	7	1.1%

11 次以上	9	1.4%
遺漏或無效	12	1.8%
總計	662	100%

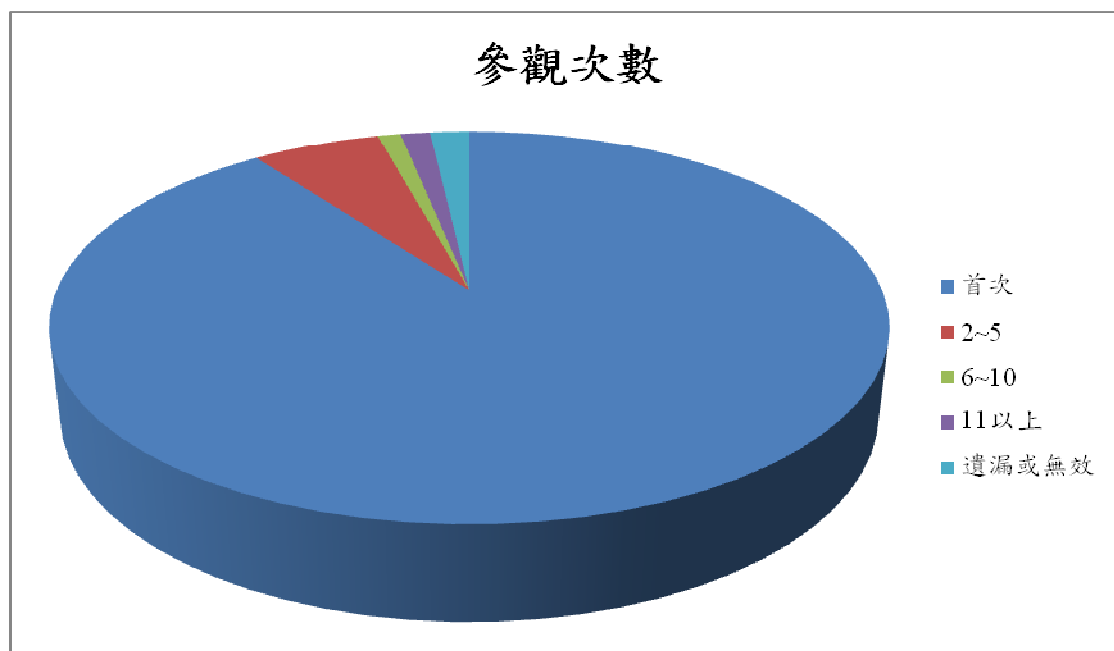


圖 5. 參觀次數分配圖

註：圖中百分比採四捨五入取整數顯示。

(五) 居住地點

在本研究所進行的問卷調查中，總計發出 662 份問卷，其中，如表 5、圖 6 所示，居住在臺北市或新北市的人數為 394 人 (59.5%)、居住在其他縣市的人數為 193 人 (29.2%)、居住在國外的人數為 70 人 (10.6%)，此外，有 5 份問卷並未填答居住地點 (0.8%)。因此，前往世界宗教博物館導覽的觀眾中，多數觀眾皆居住在臺北市或新北市，佔整體人數的 59.5%，顯示世界宗教博物館的觀眾有多數皆處於鄰近的新北市或臺北市。

由世界宗教博物館成立目的之一的國際能見度觀點言之，亦可見其成效。因由問卷資料中可看出世界宗教博物館的國際性，本計畫由國外來參訪的填答問卷人數比例達十分之一強。由問卷資料顯示，除台灣本身的參觀者之外，填

答問卷的國籍與地區亦遍及美國、新加坡、馬來西亞、大陸、香港、澳門等。

表 5. 居住地點分配表

居住地點	人數	百分比
臺北市或新北市	394	59.5%
其他縣市	193	29.2%
國外	70	10.6%
遺漏或無效	5	0.8%
總計	662	100%

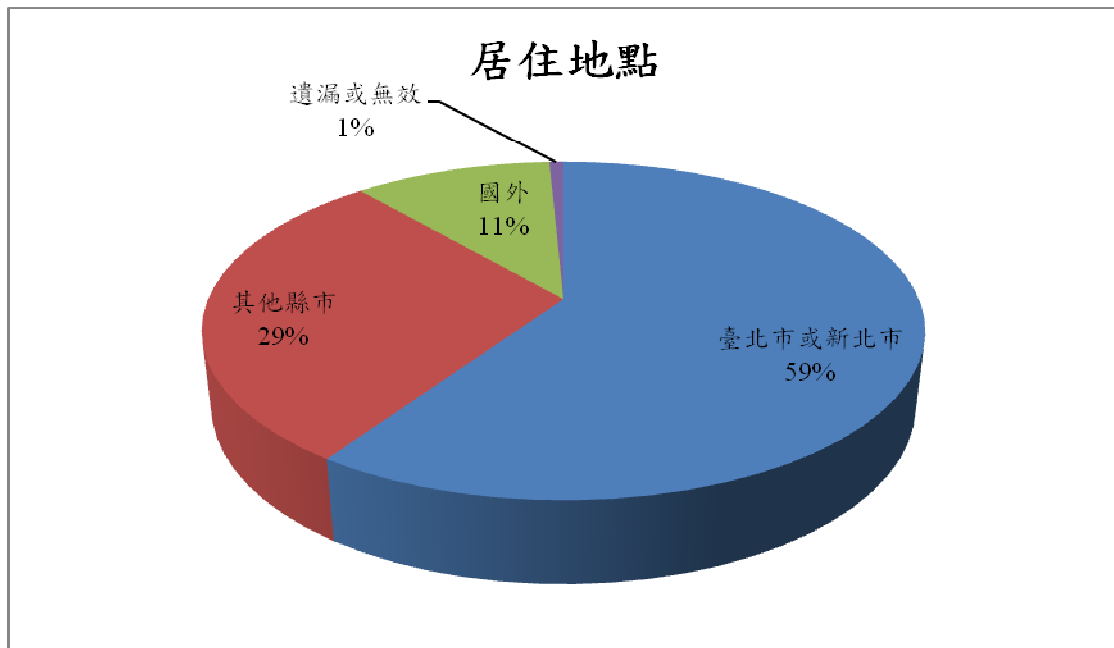


圖 6. 居住地點分配圖

註：圖中百分比採四捨五入取整數顯示。

(六) 信仰

在本研究所進行的問卷調查中，總計發出 662 份問卷，其中，如表 6、圖 7 所示，沒有明確信仰的人數為 410 人 (61.9%)、具有明確信仰的人數為 246

人 (37.2%)，此外，有 6 份問卷並未填答信仰 (0.9%)。因此，前往世界宗教博物館導覽的觀眾中，多數觀眾皆未有明確的信仰，佔整體人數的 61.9%，顯示世界宗教博物館的觀眾有多數皆未有明確的信仰。

表 6. 信仰人數分配表

信仰	人數	百分比
無信仰	410	61.9%
有信仰	246	37.2%
遺漏或無效	6	0.9%
總計	662	100%

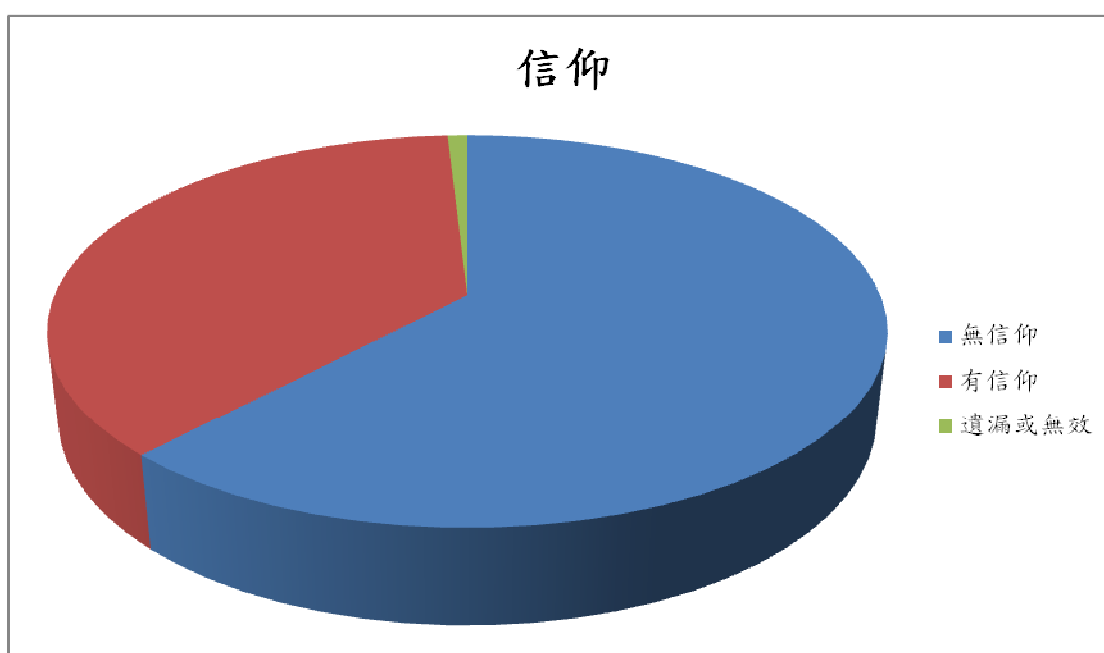


圖 7. 信仰人數分配圖

註：圖中百分比採四捨五入取整數顯示。

(七) 信仰類別

在本研究所進行的問卷調查中，總計發出 662 份問卷，其中，如表 7、圖 8 所示，沒有明確指出信仰類別的人數為 439 人 (66.3%)、信仰道教的人數為

74 人 (11.2%)，信仰佛教的人數為 77 人 (11.6%)，信仰基督教的人數為 45 人 (6.8%)，信仰天主教的人數為 19 人 (2.9%)，信仰一貫道的人數為 8 人 (1.2%)。因此，前往世界宗教博物館導覽的觀眾中，多數觀眾皆未明確指出其信仰類別，佔整體人數的 66.3%，顯示世界宗教博物館的觀眾有多數未有明確的信仰。

表 7. 信仰類別人數分配表

信仰類別	人數	百分比
未指出信仰類別	439	66.3%
道教	74	11.2%
佛教	77	11.6%
基督教	45	6.8%
天主教	19	2.9%
一貫道	8	1.2%
總計	662	100%

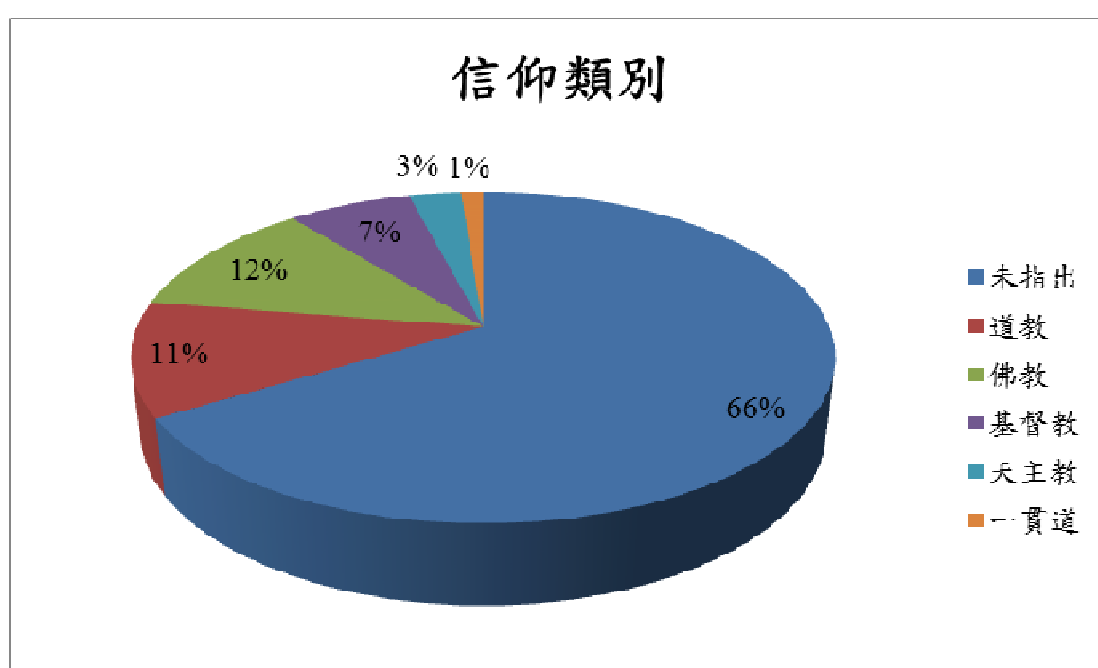


圖 8. 信仰人數類別分配圖

註：圖中百分比採四捨五入取整數顯示。

二、世界宗教博物館對幸福感與樂活感的影響

為了瞭解世界宗教博物館對觀眾在幸福感與樂活感的影響，本研究主要透過**導覽**以協助觀眾深度參與世界宗教博物館的展覽內容，並藉此探討觀眾在參觀完世界宗教博物館後，其對幸福感與樂活感的實際感受。依據表 7 的資料分析結果可知，在觀賞完世界宗教博物館的展覽後，國小高年級階段觀眾的幸福感在五等第量表中的平均為 4.20 (SD=0.51)、國中階段觀眾的幸福感在五等第量表中的平均為 3.84 (SD=0.63)、高中階段觀眾的幸福感在五等第量表中的平均為 4.09 (SD=0.48)、大學以上及成人階段觀眾的幸福感在五等第量表中的平均為 3.96 (SD=0.57)，而整體觀眾的幸福感在五等第量表中的平均為 3.97 (SD=0.57)。因此，國小高年級階段與高中階段的觀眾在觀賞完世界宗教博物館後，其在幸福感方面的感受較高，而國小高年級階段與高中階段的觀眾在觀賞完世界宗教博物館後，其在幸福感方面的感受則比大學以上或成人階段與國中階段的觀眾略高。

若從世界宗教博物館的展示設計來看，所有觀眾認為觀賞完最能激發其幸福感的設施分別為「世界宗教建築縮影」(M=4.25, SD=0.79)、「世界宗教展示大廳」(M=4.18, SD=0.80)、「生命之旅廳」(M=4.11, SD=0.81)、以及「生命之河—**台灣生命教育的歷史軌跡**」(M=4.11, SD=0.86)，**但有些團體則因時間或其他因素未有機會進入「靈修學習區」及「生命覺醒區」的情境體驗，因此對於這兩個展示區的幸福感的體驗無法完整呈現，由於問卷有遺漏值，其幸福感分別為「生命覺醒區」(M=3.75, SD=0.92)、以及「靈修學習區」(M=3.71, SD=0.95)。**

表 7. 觀眾看展後的幸福感統計表

項目	國小高年級 (N=24)		國中 (N=139)		高中 (N=141)		大學以上 或成人 (N=309)		整體	
	M	SD	M	SD	M	SD	M	SD	M	SD
幸福感	4.20	0.51	3.84	0.63	4.09	0.48	3.96	0.57	3.97	0.57

珠玉之網	3.96	0.69	3.70	0.85	3.79	0.78	3.74	0.74	3.75	0.77
淨心水幕	4.38	0.65	3.93	0.90	4.17	0.76	4.00	0.70	4.04	0.77
朝聖步道	4.00	0.88	3.69	0.86	3.96	0.78	3.97	0.76	3.91	0.80
掌痕手印	4.46	0.72	3.84	0.92	4.23	0.76	4.03	0.78	4.05	0.82
金色大廳	4.21	0.83	3.87	0.93	4.00	0.80	3.88	0.79	3.92	0.83
宇宙創世廳	4.13	0.99	3.96	0.83	3.97	0.83	3.88	0.79	3.93	0.82
生命之旅廳	4.33	0.92	3.85	0.96	4.28	0.70	4.13	0.76	4.11	0.81
靈修學習區	3.88	0.95	3.64	1.00	3.83	0.96	3.67	0.93	3.71	0.95
生命覺醒區	3.88	0.95	3.64	0.95	3.87	0.93	3.74	0.91	3.75	0.92
華嚴世界	4.38	0.71	3.81	0.97	4.14	0.84	3.90	0.83	3.95	0.87
世界宗教展示大廳	4.25	0.79	4.00	0.92	4.37	0.72	4.16	0.76	4.18	0.80
世界宗教建築縮影	4.42	0.78	4.21	0.89	4.43	0.72	4.17	0.77	4.25	0.79
生命之河— 台灣生命教育的歷史軌跡	4.29	1.04	3.81	1.00	4.22	0.79	4.17	0.79	4.11	0.86

註：由於問卷有遺漏值，故導致 N 總和不等於 662。

依據表 8 的資料分析結果可知，在觀賞完世界宗教博物館的展覽後，國小高年級階段觀眾的樂活感在五等第量表中的平均為 4.15 (SD=0.51)、國中階段觀眾的樂活感在五等第量表中的平均為 3.82 (SD=0.66)、高中階段觀眾的樂活感在五等第量表中的平均為 3.99 (SD=0.52)、大學以上及成人階段觀眾的樂活感在五等第量表中的平均為 3.74 (SD=0.66)，而整體觀眾的幸福感在五等第量表中的平均

為 3.83 (SD=0.63)。因此，國小高年級階段的觀眾在觀賞完世界宗教博物館後，其在樂活感方面的感受比高中階段、國中階段、以及大學以上或成人階段的觀眾在觀賞完世界宗教博物館後，其在樂活感方面的感受略高。

若從世界宗教博物館的展示設計來看，所有觀眾認為觀賞完最能激發其樂活感的設施分別為「世界宗教建築縮影」(M=4.10, SD=0.84)、「世界宗教展示大廳」(M=4.04, SD=0.85)、以及「生命之旅廳」(M=3.96, SD=0.83)，而由於有些團體則因時間或其他因素未有機會進入「靈修學習區」及「生命覺醒區」的情境體驗，因此對於這兩個展示區的樂活感的體驗無法完整呈現，因問卷有遺漏值，其樂活感分別為「靈修學習區」(M=3.58, SD=0.94)、「生命覺醒區」(M=3.61, SD=0.91)。

表 8. 觀眾看展後的樂活感統計表

項目	國小高年級 (N=24)		國中 (N=138)		高中 (N=141)		大學以上 或成人 (N=308)		整體	
	M	SD	M	SD	M	SD	M	SD	M	SD
樂活感	4.15	0.51	3.82	0.66	3.99	0.52	3.74	0.66	3.83	0.63
珠玉之網	3.92	0.78	3.67	0.88	3.70	0.79	3.61	0.78	3.66	0.80
淨心水幕	4.42	0.72	4.03	0.88	4.06	0.80	3.76	0.80	3.91	0.83
朝聖步道	3.92	0.72	3.68	0.91	3.90	0.81	3.73	0.80	3.77	0.83
掌痕手印	4.54	0.66	3.88	1.01	4.09	0.75	3.69	0.89	3.85	0.90
金色大廳	4.21	0.93	3.89	0.96	3.84	0.80	3.66	0.88	3.77	0.89
宇宙創世廳	4.17	0.92	3.89	0.94	3.90	0.81	3.73	0.84	3.82	0.86
生命之旅廳	4.25	0.79	3.79	0.99	4.11	0.73	3.94	0.78	3.96	0.83
靈修學習區	3.92	0.83	3.60	1.01	3.72	0.90	3.48	0.92	3.58	0.94
生命覺醒區	3.67	0.87	3.58	0.93	3.78	0.89	3.54	0.91	3.61	0.91
華嚴世界	4.13	0.85	3.88	0.94	4.03	0.83	3.66	0.86	3.81	0.88
世界宗教展示大廳	4.33	0.82	3.93	0.99	4.32	0.73	3.93	0.80	4.04	0.85
世界宗教建築縮影	4.46	0.66	4.16	0.93	4.36	0.72	3.93	0.82	4.10	0.84
生命之河— 台灣生命教育的歷史軌跡」	4.08	1.10	3.72	1.05	4.11	0.82	3.94	0.82	3.94	0.89

註：由於問卷有遺漏值，故導致 N 總和不等於 662。

綜合前述資料分析結果可知，在參觀完世界宗教博物館後，觀眾在幸福感與樂活感方面皆趨近於同意有進一步的體會，且在有關幸福感的同意程度較樂活感為高。此外，若從世界宗教博物館的展示設計來看，觀眾在看完「世界宗教建築縮影」、「世界宗教展示大廳」、以及「生命之旅廳」之後，對於幸福感與樂活感皆有較進一步的體會，而有些團體因為時間的關係或其他因素未有機會進入「靈修學習區」與「生命覺醒區」的情境體驗，因此對於這兩個展示區的幸福感和樂活感的體驗無法完整呈現。

三、不同學習階段觀眾在幸福感與樂活感的差異分析

在幸福感方面，依據表 9 的分析可知，不同學習階段的觀眾，其對幸福感的體會程度有所不同 ($F(3, 609)=5.91, p<.05$)，且不同學習階段獨變項對於依變項的解釋力，以 η^2 係數來看，達 0.03，依據 Cohen (1988) 的判準，顯示獨變項與依變項的關聯性為中度關聯，統計檢定力達 0.96，表示統計檢定能力頗高，因此不同學習階段觀眾在觀賞世界宗教博物館後，其對於幸福感的體會程度會有差異。而依據事後比較的結果發現，國小高年級階段、高中階段的體會程度會優於國中階段、大學以上或成人階段，大學以上或成人階段的體會程度也會優於國中階段。

而在樂活感方面，依據表 9 的分析可知，不同學習階段的觀眾，其對樂活感的體會程度也有所不同 ($F(3, 607)=7.35, p<.05$)，且不同學習階段獨變項對於依變項的解釋力，以 η^2 係數來看，達 0.04，依據 Cohen (1988) 的判準，顯示獨變項與依變項的關聯性為中度關聯，統計檢定力達 0.99，表示統計檢定能力頗高，因此不同學習階段觀眾在觀賞世界宗教博物館後，其對於樂活感的體會程度會有差異。而依據事後比較的結果發現，國小高年級階段、高中階段的體會程度會優於國中階段、大學以上或成人階段。

表 9. 不同學習階段觀眾在幸福感與樂活感的單因子變異數分析表

面向	a		b		c		d		F 值	η^2	事後比較
	M	SD	M	SD	M	SD	M	SD			

幸福感	4.20	0.51	3.84	0.63	4.09	0.48	3.96	0.57	5.91*	0.03	a>b a>d c>b c>d d>b
樂活感	4.15	0.51	3.82	0.66	3.99	0.52	3.74	0.66	7.35*	0.04	a>b a>d c>b c>d

註 1：a 代表國小高年級階段、b 代表國中階段、c 代表高中階段、d 代表大學以上或成人階段。

註 2：* $p < 0.05$ 。

註 3：當變異數同質性假設不違反時，採用 Scheffe 法進行事後比較，但當變異數同質性假設違反時，採用 Dunnett 的 T3 法進行事後比較(邱皓政, 2009)。

四、不同性別觀眾在幸福感與樂活感的差異分析

依據表 10 的資料分析結果可知，不同性別觀眾在幸福感與樂活感的體會程度之差異並未達到顯著水準，顯示男性觀眾與女性觀眾之間在觀賞完世界宗教博物館之後，並不會在幸福感或樂活感等兩方面有差異。

表 10. 不同性別觀眾在幸福感與樂活感的獨立樣本 t 檢定分析表

面向	男性		女性		t 值
	M	SD	M	SD	
幸福感	3.99	0.59	3.96	0.56	0.60
樂活感	3.91	0.62	3.80	0.64	1.93

註：* $p < 0.05$ 。

五、有無信仰觀眾在幸福感與樂活感的差異分析

依據表 11 的資料分析結果可知，有無信仰的觀眾在幸福感與樂活感的體會程度之差異並未達到顯著水準，顯示觀眾是否具有明確的信仰，並不會導致其在

觀賞完世界宗教博物館之後，會在幸福感或樂活感等兩方面有差異。

表 11. 有無信仰觀眾在幸福感與樂活感的獨立樣本 t 檢定分析表

面向	無信仰		有信仰		t 值
	M	SD	M	SD	
幸福感	3.96	0.55	4.00	0.60	-0.75
樂活感	3.83	0.60	3.84	0.69	-0.15

註：* $p < 0.05$ 。

六、幸福感與樂活感開放性問題的質性陳述

在量化數據的填答之餘，世界宗教博物館的部分參觀者在問卷分析最後的開放性問題題項表達觀展感受：

◎若您在參觀完世界宗教博物館的展覽後，對於幸福感還有其他感受，請用文字敘述於下。

◎若您在參觀完世界宗教博物館的展覽後，對於樂活感還有其他感受，請用文字敘述於下。

在上述兩個題項下，部分觀眾就幸福感還有樂活感的其他感受用文字表達他們的參觀經驗和記憶，在字裡行間傳遞與世界宗教博物館互動關係的訊息，也透過文字抒發他們在此博物館展示內涵與展示空間所體悟的福祉、歡愉、健康、喜悅和宗教包容的生命追尋，以及在靈性與智性上的滋養與提升。

並非所有的參觀者都填答開放性問題，因而無法以計量方式來表現觀眾相異或相類似的感受。故以下茲就不同年齡層問卷的開放性問題分題，並個別呈現參觀者於觀完世界宗教博物館展覽後在幸福感感受與樂活感感受的文字敘述，並在此呈現符合本計畫觀眾研究之「探究世界宗教博物館對激發觀眾幸福感與樂活感的體認之效益」研究命題與目的地的陳述以做為討論與建議質性論述的部份基礎。

(一) 幸福感感受

1. 國小高年級(10歲~12歲)幸福感感受的文字敘述

- (1) 原來世界的事無奇不有，生命需要好好把握。窩在世界上是幸福的。
- (2) 感受到生命的重要，珍惜和家人相處的時間。

- (3) 大愛、生命。
- (4) 儘管世界有不同的宗教，但也對我們的生命有許多影響，也改變了很多人的生命，我希望找到一個影響我生命的宗教。

2. 國中 (13 歲~ 15 歲) 幸福感感受的文字敘述

- (1) 很新奇！看到了很多宗教的東西，也知道了生命教育！很有趣。
- (2) 幸福感很高。
- (3) 我覺得很棒，那裡能夠給人一種安靜，舒適的感覺，還能學到、看到很多東西。
- (4) 宗教本身是讓我們潔淨心靈而存在的，人如果可以尊重的角度來看待，這世界會變得很不一樣。
- (5) 用一顆真心去對待別人，也能讓別人深感幸福。
- (6) 華嚴世界裡面讓我感覺很放鬆。
- (7) 我覺得我們真的是身在福中不知福，都不想想現在我有東西吃，在世界的某個地方的人是不是也有東西吃呢？
- (8) 世界上有許多不同的宗教，要學習用正常的角度看待他們，而不是批評他們的宗教。
- (9) 我覺得這裡很能讓人心情平靜
- (10) 我能參加這次宗教博物館活動，我感到很幸福，
- (11) 我學到了宗教的由來。
- (12) 我覺得我的人生很美。
- (13) 我覺得能出生在這世上已經是很幸福的事。
- (14) 宗教的起源讓我覺得很有神秘感。
- (15) 除了幸福感也有了好奇感。
- (16) 感受到生命的重要與來源。
- (17) 用心去體會感受。
- (18) 自在的感覺。
- (19) 心靈變得很沉靜。
- (20) 很有教育意義和宗教意義。

3. 高中 (16 歲~ 18 歲) 幸福感感受的文字敘述

- (1) 在多元的世界，我們應該用更寬容，寬闊視野看待每個宗教。
- (2) 對生命有更深一層認識。
- (3) 很有好奇感，想認識更多其他宗教文化。
- (4) 在走過朝聖步道後，還有股震撼感，往身後走過的步道看去，黑暗起點隱隱微光，對比盡頭的光亮，酸熱淚意湧上眼眸。
- (5) 看到最後的生命之河，對於那些勇敢、偉大的犧牲者感到光榮外，也覺得能活者真的很幸福。

- (6) 參觀完宗博後，讓我對世界各地的宗教又有更深入了解，也對於自我有更深入的認知。
- (7) 在宗教博物館內心非常平靜!
- (8) 寧靜也可以感受到被萬物包容的感覺，不一定要處在山野之中，都市裡的每一隅都可自己來決定，因為它來自於心。
- (9) 心中感到平靜、自在。
- (10) 體會到宗教都是美的，不管是建築、儀式或宗教本身。大開眼界。
- (11) 對「生命之河—台灣生命教育的歷史軌跡」展示很感動。
- (12) Every religion has its way to purify people's mind.
- (13) 在參觀過程中學到很多，很開心，很幸福。
- (14) 更加清楚自己的生命。
- (15) 感覺身心平靜。
- (16) 對於宗教有更深的了解。
- (17) 我願將生命的價值與意義發揮的淋漓盡致。
- (18) 生命很奇妙，宗教使生命更精采。
- (19) 了解各宗教文化，並以客觀接受其文化。
- (20) 把握當下才是真的!
- (21) 更了解宗教的廣義，不會被侷限。
- (22) 心中非常平靜，感覺對自己有更進一步認識。
- (23) 充實!!學習到很多不同宗教的歷史，希望下次還能有機會能過來詳細參觀。
- (24) 感謝社會及國家，豐富了我們的知識生命。
- (25) 把握當下!!
- (26) 有種超然的感覺。
- (27) 對於幸福，我只希望能掌握在手中。
- (28) 對於這個世界、社會和自己感到很幸福!
- (29) 再踏進這裡後心裡很平靜，有被治癒的感覺。
- (30) 宗教永遠有神祕的感覺存在，有時候認為想太多，但有時候就該這麼想，但無論如何，珍惜現在的幸福。
- (31) 眼見不一定為憑，用心體會是世界

4. 大學和(或)成人以上(19歲以上)幸福感感受的文字敘述

- (1) 我覺得我很幸福
- (2) 幸福就是活在當下
- (3) pretty satisfied, it was interesting.
- (4) 心靈較為沉靜。
- (5) 感受到生命的意義，宇宙萬物的偉大。

- (6) 對宗教有了更深的認識，能夠強烈感受到宗教帶來的愛、美、和平的正能量，覺得自己的內心排空了一些紛擾，注入了一些正面的力量，與世界更近了些。
- (7) 我覺得我的生活十分幸福，故感受到神的愛，盼望人尋找到宗教的幸福。
- (8) 幸福->美滿->快樂->昇華->美。
- (9) 幸福其實很簡單。
- (10) 幸福感會隨個人經歷不同而有不同的感受。
- (11) 我覺得幸福是自愛，也要付出時間及心思去經營。
- (12) 我還有其他的感受，我覺得在這裡看到各派宗教在這顯示出很大的融合和諧的氣氛，使人感到平安，喜樂，我希望很多人會感受到喜樂平安。
- (13) 幸福不只是衣食住行，幸福有時要付出。
- (14) 認識到不同宗教及不同的習俗，擴展樂視野及更覺得自己所處的地區實在太自由及幸福了
- (15) 對於保持內心的平靜，更向前邁進一步。
- (16) 體會幸福就在身邊，但身在福中不知福。
- (17) 有一種被愛的感覺。
- (18) 感到世界上充滿愛。
- (19) 覺得要活在當下，珍惜現在。
- (20) 對於宗教有新的認識。
- (21) 會重新去探索自己對人生的看法。
- (22) 對人生有了新的一層體悟。
- (23) 很喜歡淨心水幕。
- (24) 平靜平凡的幸福。
- (25) 施更於受。
- (26) 悲天之心均無有。
- (27) 幸福感，是有能力或為他人的貴人，幫助別人完成他人。
- (28) 心靈層次的提升。
- (29) 平靜平凡的幸福。
- (30) 珍惜生命。
- (31) 我喜歡「生命之河—台灣生命教育的歷史軌跡」的展示概念，可以抒發自己的想法。
- (32) 看到各個宗教的歷史、文物與發展活生生展現在眼前，導覽員清楚明白地解說，且很有趣。
- (33) 建築模型我體會到世界之美。
- (34) 很棒的感覺，感動+平靜。
- (35) 知識更豐富，眼界更寬闊。
- (36) 珍惜擁有。
- (37) 平靜、放下和慈悲。

- (38) 用心過生活，幸福無所不在。
- (39) 「生命之河—台灣生命教育的歷史軌跡」展示帶來的幸福感很真實，因為散發著人定勝天的精神，可激發出非常正向的力量。
- (40) 這裡實在太棒了!讚!身心舒暢!
- (41) 聽到這裡的音樂會讓我感到輕鬆。
- (42) 社會上有這麼多的宗教帶來不同的幸福，但是都是對我們人類有一定的幫助。
- (43) 令我更加珍惜身邊的人事物。
- (44) 對生命更加了解。
- (45) 心情能沉靜下來。
- (46) 讓我感覺社會的溫暖及幸福感。
- (47) 宗教力量很偉大。
- (48) 原來人生有這麼多的知識，宗教也很多，感謝導覽老師。
- (49) 更加知道自己的幸福感的感覺。
- (50) 心靈沉澱許多。
- (51) 知道答案的喜悅。
- (52) 知福，惜福，再造福。
- (53) 珍惜生命，多做善事。
- (54) 我是誰，為何會到這個世間來，生命的源由為何，各宗教派雖有所不同，卻是引人走向更幸福得境地。
- (55) 生命無常及延續。
- (56) 用心感受愛。
- (57) 對於死亡具正面看法，少了恐懼與逃避。
- (58) 平靜知足。
- (59) 有解說員解說更能深入了解其中更深沉的意涵，感恩創始人及所有付出、設計及服務的志工才有的殊榮，了解更多世界各宗教的特色。
- (60) 對於生命充滿感恩之心。
- (61) 大愛的奉獻是無私。
- (62) 博物館非常的棒!導覽員也很用心。Thanks a lot.
- (63) 幸福在於你的滿足，知足者常樂，還要用有堅定崇高的信仰，彷彿寒冰不能凍、川流之水，枯木也會再逢春。
- (64) 了解學習到世界的宗教，心靈上無不受此犀利，對宗教衍生出的藝術嘆為觀止!
- (65) 幸福是來自心底的微笑!享受幸福，享受生活!
- (66) 寧靜舒服的感覺去反思自己過往的行為，檢討將來的目標。
- (67) 能平安快樂的生活在台灣這寶島很幸福
- (68) 對生命有了更新的體驗。

(二) 樂活感感受

1. 國小高年級(10 歲~12 歲)樂活感感受的文字敘述

- (1) 增加歡樂。
- (2) 壓力隨風消逝，愉悅的心情讓我放放鬆心情。
- (3) 有趣、高興。

2. 國中(13 歲~ 15 歲)樂活感感受的文字敘述

- (1) 樂活感高。
- (2) 淨心水幕，掌痕手印，雖然大家都在玩，但我覺得有一種身體洗乾淨，重來一遍的感覺。
- (3) 我覺得那裡可以讓人獲得心靈的滿足與啟發。
- (4) 參觀宗博館讓我整個人快活了起來。
- (5) 世界宗教建築縮影很有趣，裡面的建築很美。
- (6) 在玩掌痕手印時覺得很好玩，有趣很酷，用了那種方式在說走過必留下痕跡。
- (7) 很開心，希望下次能待久一點，了解更多不同宗教的文化。
- (8) 能看到世界各種宗教，讓我大飽眼福。
- (9) 讓我學會尊重。
- (10) 我覺得異常地開心。
- (11) 感到很悠閒。
- (12) 發現宗教有多麼得超乎我們想像。
- (13) 了解了很多關於世界的原理。

3. 高中(16 歲~ 18 歲)樂活感感受的文字敘述

- (1) 很深切的體悟。
- (2) 感到很平靜。
- (3) 可以沉靜心靈。
- (4) 來到世界宗教博物館，雖然莊嚴卻也能給人另一種對生命的體驗，我們要快樂的活著，讓人生更有意義。
- (5) 在通過淨心水幕時，那沁涼的流水似乎洗淨了我的身心一般，緊接著的朝聖步道更是使我更加堅定了自己的信念。
- (6) 因為人實在是太小了，那麼我們能掌握的又有多少呢?還是將過多的慾念寄託於宇宙吧!
- (7) 看自己擁有的，而不是沒有的。
- (8) 好快樂。
- (9) 未來有更明確的目標。

- (10) 我覺得淨心水幕很有趣。
- (11) 我願將生命的價值與意義發揮的淋漓盡致。
- (12) 尊重生命，把握當下。
- (13) 珍惜生命。
- (14) 「生命之河」很有意義，看見很多無私奉獻的人很感動!
- (15) 想獨自一個人再來一次，體會更深刻的感覺。
- (16) 感恩導覽員的熱情講解。
- (17) Good museum!!
- (18) 我活著很快樂!
- (19) 世界真奇妙。
- (20) 一花一世界，一沙一天堂。

4. 大學和(或)成人以上(19歲以上)樂活感感受的文字敘述

- (1) 人生真的如此浮雲快樂，應善待人生，好好享受!
- (2) 感覺充滿正向力量
- (3) 工作人員的服務熱誠及對社會的貢獻，很讓我感動。
- (4) 我覺得人生有生、老、病、死，也應該活在當下和尋求快樂過每一天。
- (5) 樂活感-快樂地生活的感覺，如果生活得隨心隨意一點，那麼樂活感就越強烈。
- (6) 生命不在乎長度，只在乎意義。
- (7) 人在世，應該保持生活快樂的態度更重要。
- (8) 在我的工作上，懂得了敬業樂業的精神，不少都市人都對自己的工作抱怨，我都一樣，但參觀過後樂活感豐富了!
- (9) 要珍惜自己所擁有的感覺。
- (10) 感受到更多平常生活中感受不到的感受，有更多體驗。
- (11) 愛心永遠在人心。
- (12) 感動這麼多人的奉獻精神，自己應該把自己的心更放大。
- (13) 活出生命意義。
- (14) 美的感受。
- (15) 看完展覽我發現生活要活得有意義。
- (16) 令我知道想要永續生活就得加強環保。
- (17) 對他國宗教歷史、文化、建築有更進一步的了解。
- (18) 讓我更有活力面對更多挑戰。
- (19) 感受很深刻，掌印很特別。
- (20) 讓我們知道生命、世界是怎麼來的!!
- (21) 觸覺-在水牆那很生活，直接碰觸；視覺-很多從前沒看過，激發興趣。
- (22) 感覺不可思議和奧妙。
- (23) 快樂活出自己，敬發生命光與熱。

- (24) 感恩和珍惜生命之感。
- (25) 世界和平。
- (26) 生活知足、生命知足。
- (27) 樂觀、積極向上，是人生所嚮往的快樂，其實很簡單，不要總想失去什麼，要反省自己擁有什麼。
- (28) 對宗教上的認知有了進一步的提高，尊重並理解信仰的含義所在與對自己的重要性。
- (29) 快樂地活著。
- (30) 生命彷彿充滿了力量，生活更積極。

透過幸福感與樂活感開放性問題的質性文字陳述，我們有以下幾個發現：

1. 觀眾對世界宗教博物館讚譽有佳，對展示設計和展示內涵的價值提出各自的體會，也對現場工作人員奉獻的心表達嘉許之意。
2. 絕大部分的觀眾(包含接受施測的不同年齡層參觀者)透過文字敘述在看完世界宗教博物館的展覽後，有更積極在幸福感與樂活感的正向態度與能量。
3. 透過參觀世界宗教博物館，許多參觀者更體會生命的重要和宗教包容的意義，亦學習到不同宗教的文化內涵與價值。
4. 觀眾也因看了世界宗教博物館的展覽，對幸福、樂活、愛、快樂、知足與生死等人生議題，得到進一步瞭解與啟發。

伍、結論與建議

依據前述資料分析結果與討論，本研究主要研提以下結論與建議以供相關單位與後續研究者參考。

1. 透過世界宗教博物館的參訪，有助於觀眾在幸福感與樂活感等兩方面有更進一步的體會，而這也突顯世界宗教博物館的展場規劃理念與內涵值得肯定，可作為促進國民幸福感與樂活感的重要依據。
2. 國小高年級階段觀眾與高中階段觀眾在參觀完世界宗教博物館後，其在幸福感與樂活感的體會較為深刻，比較於國中階段與大學以上或成人階段的觀眾，其在幸福感與樂活感的體會方面略高，建議後續世界宗教博物館可以針對國中階段觀眾與大學以上或成人階段的觀眾規劃更適切的體驗內涵，方能讓這些年齡層的觀眾更深入體驗幸福感與樂活感的氛圍。
3. 若從激發觀眾在幸福感與樂活感體會的角度來看，世界宗教博物館在導賞「世界宗教建築縮影」、「世界宗教展示大廳」、以及「生命之旅廳」等三個大展區較能激發觀眾對幸福感與樂活感的體會，但有些團體則因時間關係或其他因素沒有機會進入「靈修學習區」與「生命覺醒區」的情境體驗，因此對於這兩個展示區的幸福感與樂活感的體驗無法完整呈現，因此後續世界宗教博物館或可加強對此三個區域的導覽賞析，方能更有效的提升其在幸福感與樂活感的體會。
4. 不同性別、有無信仰等背景因素對於觀眾在幸福感與樂活感的體會程度方面並不會有顯著差異，而這也顯示世界宗教博物館的展場規劃理念與內涵並不會具有性別差異與信仰差異，值得肯定。
5. 就本問卷幸福感與樂活感之感受的開放性問題提項來看，觀眾以文字敘述表達出觀賞完世界宗教博物館的展覽之後，能獲致更積極正向之幸福、樂活的生命態度與能量，亦更體會宗教包容的意義，這值得推薦更多大眾來參觀及親身體驗。
6. 生命教育為世界宗教博物館非常重要的發展目標，透過研究結果我們瞭解到觀眾看完展後的寧靜與正向人生觀，也從問卷調查與影像紀實的結果得知觀眾藉著該博物館宗教性、歷史性、藝術性與人文性的諸多常設與特展得到幸福與樂活此等生命教育的意義，亦透過此計畫了解參觀

者從該館的展覽中獲得宗教之美的視覺滿足與心靈饗宴上的豐足。這更提供世界宗教博物館做為未來宗教與文化相關議題展覽規劃與教育活動籌劃的參考方向。

參考文獻

- 王啟祥 (2004)。國內博物館觀眾研究知多少。《**博物館學季刊**》，18 (2)，95-104。
- 王微茹 (2007)。大學生之休閒需求、參與、滿意度及幸福感之研究--**幸福感之需求滿足理論驗證**。世新大學觀光學系碩士論文，未出版，臺北市。
- 木村麻紀 (2007)。《**全球樂活潮**(李毓昭譯)，台北，晨星，(原文於2006年出版)。
- 王登再 (2010)。《**樂活量表之建構**》。國立澎湖科技大學觀光事業休閒管理研究所碩士論文，未出版，澎湖縣。
- 余民寧、謝進昌、林士郁、陳柏霖、曾筱婕 (2011)。教師主觀幸福感模式建構與驗證之研究。《**測驗學刊**》，58 (1)，55-85。
- 吳崇旗、王偉琴 (2006)。大學生休閒參與、休閒滿意與主觀幸福感之相關研究。《**臺灣體育運動館理學報**》，4，153-168。
- 李素菁 (2002)。《**青少年家庭支持與幸福感之相關研究—以臺中事立國中生為例**》。靜宜大學青少年兒童福利研究所碩士論文，未出版，臺中市。
- 李斐瑩 (1999)。觀眾研究與二十一世紀博物館。《**美育**》，109：20•26。
- 邢占軍 (2005)。對主觀幸福感測量的反思。《**本土心理學研究**》，24，301-323。
- 何雅慧 (2012)。《**民眾樂活觀念、生活型態、綠色消費行為、永續生活行為之研究**》。大葉大學管理學院休閒事業管理組碩士論文，未出版，彰化縣。
- 林子雯 (2000)。成人學生角色扮演、社會支持與幸福感之相關研究。《**正修學報**》，13 (12)，269-290。
- 林淑芬、王于寧、賴永僚 (2008)。大學生身體活動態度、休閒滿意度對主觀幸福感之影響。《**運動休閒餐旅研究**》，3 (2)，73-85。
- 林淑惠、黃韞臻 (2008)。高中職學生學校生活與主觀幸福感關係之研究。《**輔導與諮商學報**》，30 (2)，83-104。
- 邱俊龍 (2006)。《**族群面貌探索—樂活族**》。東方線上資料庫。
- 邱皓政 (2009)。《**量化研究與統計分析—SPSS 中文視窗版資料分析範例解析**》。臺北：五南。
- 陳凱文 (2010)。《**女性休閒體驗與幸福感之研究~以 SPA 體驗為例**》。靜宜大學觀光餐旅教學碩士學位班碩士論文，未出版，台中市。
- 陸洛 (1998)。中國人幸福感之內涵、測量及相關因素探討。《**國家科學委員會研**

- 究集刊——人文及社會科學，8 (1)，115-137。
- 曾文志 (2007)。大學生對美好生活的常識概念與主觀幸福感之研究。教育心理學報，38 (4)，417-441。
- 其輪彌生 (2006)。樂活一生(王麗芳譯)。臺北：天下遠見。
- 黃長發 (2007)。大學生休閒立意感受與幸福感之研究。臺灣體育運動館理學報，5，178-194。
- 褚士瑩 (2008)。樂活地球人-褚士瑩的 LOHAS 世界觀點。高雄：高見文化。
- 蔡明娟 (2011)。樂活概念應用於環保餐具設計之研究。國立東華大學藝術與設計學系科技藝術碩士班碩士論文，未出版，花蓮縣。
- 劉婉珍 (2008)。觀眾研究與博物館的營運發展。博物館學季刊，22 (3)，21-37。
- 謝明華 (2002)。國小學童之父親參與、幸福感及學業成就之相關研究。國立彰化師範大學教育研究所碩士論文，未出版，彰化市。
- Alt, M. B. (1980). Four Years Visitor Surveys at the British Museum(Natural History) 1976-1979 . Museum Journal, 80 : 10 •19.
- AMARC. (2008). What is audience research? Retrieved June 20, 2008, from <http://www.amonline.net.au/amarc/faq/index.htm#what>
- Ames, P. (1993). Views on the Value of Various Evaluations. In S. Bicknell & G. Bicknell & G. Farmelo (eds.), Museum Visitor Studies in the 90s (pp. 13-23). London : Science Museum.
- Andrews, F. M., & Withey, S. B. (1976). Social indicators of well-being. New York, NY: Plenum.
- Argyle, M. (1987). The psychology of Happiness. London and New York : Routledge.
- Bitgood, S. & Shettel, H. (1996). An Overview of Visitor Studies. Journal of Museum Education, 21(3), 6-10.
- Cohen, J. (1988). Statistical power analysis for the behavioral sciences (2nd ed.). Hillsdale, NJ: Lawrence Erlbaum Associates.
- Diener, E. (1984). Subjective well-being. Psychological Bulletin, 95, 542-575.
- Diener, E., & Lucas, R. E. (1999). Personality and subjective well-being: The Foundations of hedonic Psychology. New York: Russell Sage Foundation.

- Fakatseli, O.(2008). What is visitor studies? Retrieved June 20, 2008, from <http://www.visitors.org.uk/node/6>
- Falk, J. H. (1998). A Framework for Diversifying Museum Audience. *Museum News*, 77(5), 36-39, 61.
- Gilbert, D., & Abdullah, J. (2004). Holidaytaking and the sense of well-being. *Annals of Tourism Research*, 31(1), 103-121.
- Hein, G. (1998). *Learning in the Museum*. London : Routledge.
- Keyes, C. L. M. (2002). The mental health continuum: From languishing to flourishing in life. *Journal of Health and Social Behavior*, 43, 207-222.
- Keyes, C. L. M.(2005). Mental illness and/or mental health? Investigating axioms of the complete state model of health. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 73, 539-548.
- Keyes, C. L. M., & Waterman, M. B.(2003). Dimensions of well-being and mental health in adulthood. In M. H. Bornstein, L. Davidson, C. L. M. Keyes & Moore, A. Kristin (Eds.), *Well-being: Positive development across the life course* (pp. 477-497). Mahwah, NJ: Lawrence Erlbaum Associates.
- Koran, J. J. & Koran, M. L. (1986). A Proposed Framework for Exploring Museum Education Research. *Journal of Museum Education*, 11(1): 12–16.
- Loomis, R. (1993). Planning for the Visitor : The Challenge of Visitor Studies. In S. Bicknell & G. Farmelo (eds.), *Museum Visitor Studies in the 90s*. pp. 13 •23. London: Science Museum.
- Munley, M. E. (1986). Asking the Right Questions: Evaluation and the Museum Mission. *Museum News*, 6(43), 18–23.
- NPO樂活俱樂部 (2008), *樂活商機*(成玲譯), 臺北：商周, (原文於2006年出版)。
- Ray, P. H. & Anderson, S. R. (2000), *文化創意人：5000 萬人如何改變世界*(陳敬民、趙亭姝譯), 臺北：相映文化, (原文於1998年出版)
- Ryff, C. D., & Singer, B. H. (1998). Human health: New directions for the next millennium. *Psychological Inquiry*, 9, 69-85.
- Screven, C. (1993). United States: A science in the making. *Museum International*, 178, 6-12.
- Shettel, H. (2001). Do We Know How to Define Exhibit Effectiveness? *Curator*, 44(4): 327–334.
- Veenhoven, R. (1994). Is happiness relative? *Social Indicators Research*,

20, 333-354.

附件一

世界宗教博物館觀眾看展的幸福樂活感
調查問卷(國小高年級版-10歲~12歲)

附件二

世界宗教博物館觀眾看展的幸福樂活感 調查問卷（國中版-13 歲~15 歲）

附件三

世界宗教博物館觀眾看展的幸福樂活感 調查問卷（高中版-16 歲~18 歲）

附件四

世界宗教博物館觀眾看展的幸福樂活感
調查問卷（大學和（或）成人以上版-19
歲以上）